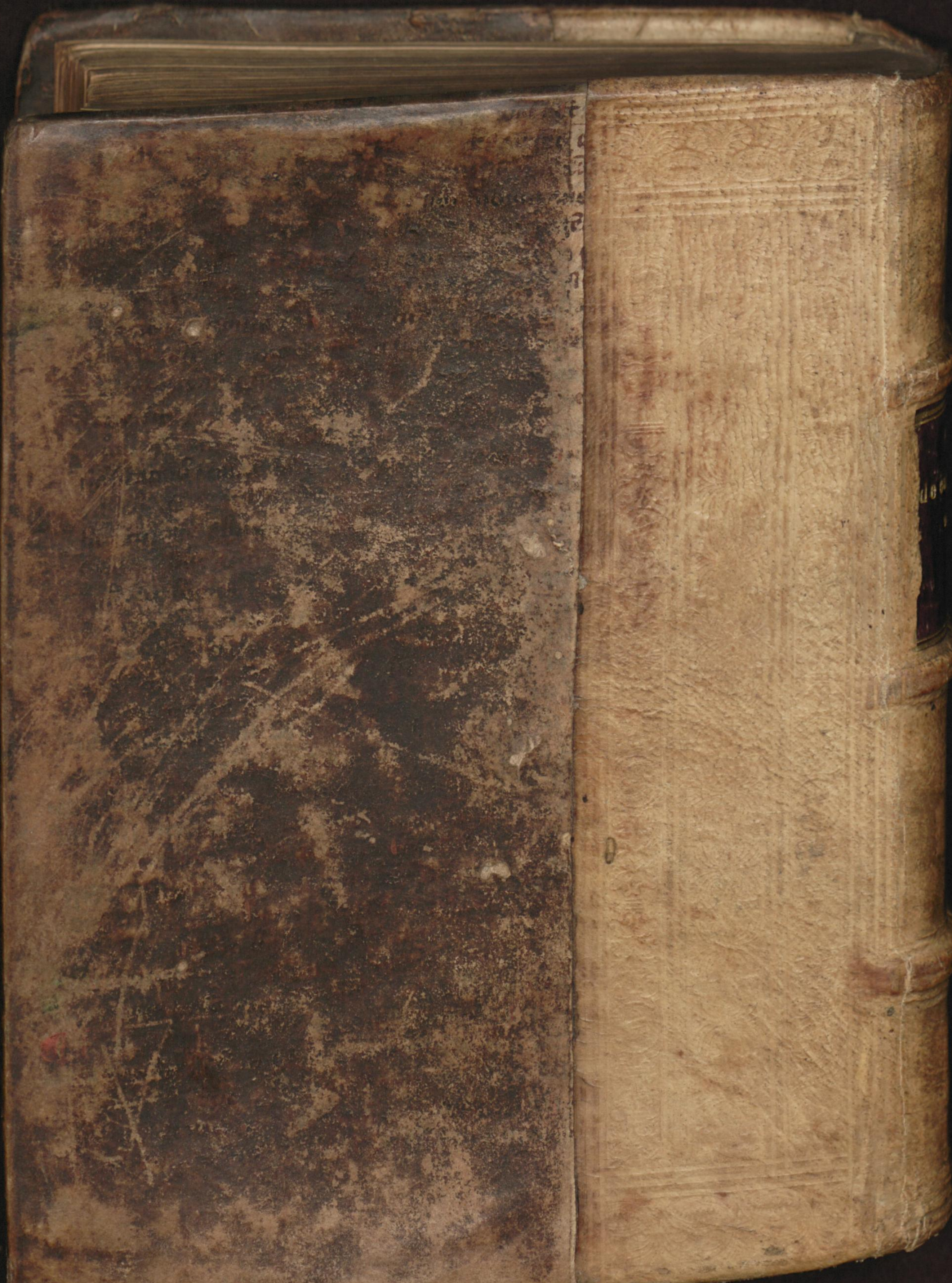


Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

875 DA BOX

No 1518.



BIBLIOTHECA REGIA HAFNIENSIS

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

DE CONSERVANDA VALETVDINE.

Das iſt:

Von erhaltung menſchlicher geſundheit: Ein ſehr nützliches Handbuch/ allen menſchen hohes vnd niedriges ſtandes / auch den wanders vnd kriegßleuten gantz dienſtlichen.

Vor dieſer zeit von dem Edlen/ geſtrengen/ hochgelarten Holſteiniſchen Herrn Stadthalter / Heinrich Rantzouen/ in Latein gebracht.

Jetzt aber gantz trewlich verdeutſchet / vnd mit vielen herꝛlichen Experimentlein (als Aquis vitæ, Zimmet vnd Augenwaſſern/ Gifftlatwergen vnd Puluer/ heilſamen Salben/ Pflaſtern/ vnd vielen ſtücken mehr / ſo biß daher in geheim von groſſen Herrn gehalten) vermehret. Darbey auch das andere nützliche Tractetlein von der erſchrecklichen ſeuche der Peſtilentz/ des hochgelarten vnd weitberühmten herrn D. Iohannis Pontani verzeichnet /

Durch den Gräfflichen Schwartzburgiſchen vnd der ſtadt Arnſtadt Hoff vnd Stadt Medicum

Iohannem Vuittichium Vinarienſem.

Leipzig/

CVM PRIVILEGIO.

1585.

Ex libris Joannis [illegible]

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

BIBLIOTHECA REGIA HAFNIENSIS

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Vorrede.

Dem Durchlauchtigen Hochgebornen Fürſten vnd Herrn / Herrn Friederichen Wilhelm / Hertzogen zu Sachſſen / Landgrauen in Düringen / Marggrauen zu Meiſſen / meinem gnedigen Fürſten vnd Herrn.

Auch

Dem Wolgebornen vnnd Edlen Herrn / Herrn Hans Günthern / der vier Grauen des Reichs / Grauen zu Schwartzburgk / Herrn zu Arnſtadt / Sonderßhauſen vnd Leuchtenbergk / etc. meinem gnedigen Herrn.

DVrchlauchtiger / Hochgeborner Fürſt / auch Wolgeborner Edler Graff / E. F. G. vnd g. ſeind meine vnterthenige / gehorſame vnnd willige dienſte allezeit zuuorn. Gnediger Fürſt / auch gnediger Graff vnd Herren / ein alter Poet (deſſen Plato gedenckt / vnd jhn in libro de

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Rhetorica, auch in libro ſecundo de legibus
anzeucht) ſaget / das drey ding im menſchlichen
leben fürnemlich für allen / ſo da ſonſten ſein mö-
gen / dem menſchlichen hertzen auff dieſer welt zu
1. wünſchen vnd zubegehren ſeind. Das erſte vnd
fürnemſte ſey ſanitas, dz nemlich der menſch ſtets
bey guter vollſtendiger geſundheit ſein vnd bleibē
2. möge. Das ander ſey Egregia forma, das einer
mit ſchöner geſtalt des gantzē leibes begabet ſey.
3. Das dritte / Diuitiæ fraude non quæſitæ, das
der menſch in ſeinem leben auch reich vnd ver-
möglichen ſey / doch das er ſolch reichthumb vnd
vermügligkeit nicht mit liſt oder betrug ſeines
nechſten erlanget / ſondern das jhm ſolches von
Gott / durch erbfall / ehrliche erwerbung / han-
tierung vnd nahrung beſcheret worden ſey. Vnd
vnter dieſen dreyen / ſo dieſer alter Poet anmel-
det / zeucht er die leibliche geſundheit allen an-
dern zuuor. Derhalben auch Plutarchus in li-
bro de valetudine tuenda recht vnd wol ſaget /
„ Bonam valetudinem eſſe maxime diuinum bo-
„ num, longeꝗ; blandiſsimum condimentum to-
„ tius vitæ, das iſt / gute vollſtendige geſundheit
ſey eine ſonderliche gabe Gottes / vnd das höch-
ſte gut / auch das allerbeſte kleinod / vnd das al-
ler lieblichſte vnd angenemſte / ſo man in dieſem
leben haben möchte.

Aus

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Aus dieſen vrſachen hat auch Gott ſonder-
zweiffel / aus ſonderlichen gnaden / nach dem
fall der erſten eltern/ den armen ſterblichen men-
ſchen / die aller fürtrefflichſte vnd edelſte kunſt/
nemlichen die artznеy geſchenckt vnd gegeben /
denn derſelben fürnemſter ſcopus iſt / Tueri &
ſeruare ſanitatem, die menſchliche geſundheit zu
beſchützen vnd zu erhalten / aller ding wie wir
ſehen / das die Agricultura den corporibus die
alimenta adminiſtriret vnd giebet / Alſo thut
auch die edle kunſt der artzney / die vnterweiſet/
wie geſundheit ſey zu erhalten / vnd die verlorne
wiederzubringen vnd außzurichten / auff das
alſo der arme menſch etlicher maſſen mit luſt vnd
frewden deſſen allen / ſo jhm der liebe Gott all-
hie in dieſem vergenglichen leben gönnet/ genieſ-
ſen möge.

Denn wornach ſol doch ein Chriſt in dieſem
leben vnd jrrdiſchen Paradiß mehr dencken vnd
trachten/ denn nach dem erſten vnd fürnembſten
ſummo bono, als da iſt / rechte erkentnis Got-
tes vnd ſeines geliebten Sohnes / in welchem
das ewige leben ſtehet(daruon der alte Poet vnd
weiſe Plato nichts gewuſt) vnd alſo ſich hertzli-
chen ſehnen / wie er diß maximum bonum, die
Beatitudinem, das iſt/ der ſeelen ſeligkeit erlange

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd daruon bringe/ auff dz alſo die ſeele zu Gott ſelbſt wiederumb gebracht werde / als von dem ſie anfenglichen herrüret vnd entſtanden / Daruon wir denn/ Gott lob vnd danck / gnugſamen vnterricht in heiliger Göttlicher Schrifft finden vnd haben.

Wie nun einem Chriſten wol anſtehet vnd gebüret / das er erſtlichen vnd für allen dingen der ſeelen rahte / vnd dieſelbe verſorge / Alſo wil jhm auch nach demſelben nichts weniger gebüren / vnd wol vergönnet ſein / das er auch des leibes (als dem geheuſe vnd wohnung der ſeelen in dieſem curriculo vitæ) wol warneme / damit derſelbe / weil er lebet / ſo viel müglichen / in guter geſundheit bleibe vnd erhalten werden möge/
„ biß jhm Gott ſein ziel vnd letztes end verordnet/
„ welches nachmals kein artzt mit ſeiner vernunfft
„ noch geſchickligkeit verrucken / auffhalten vnnd
„ vberſchreiten laſſen kan.

Vnd nach dem die geſundheit alle andere zeitliche güter auff erden vbertrifft / als iſt je vngezweiffelt jedermenniglichen vergönnet / ſo viel müglichen / dahin zuſehen / wie ſolche auch erhalten / vnd für allen zufelligen kranckheiten geſichert werden könte. Denn was hülffe es doch/ da jemands gleich der gantzen welt güter hette /

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

auch alle pracht vnd herrligkeiten / ſo da ſein mögen / eroberte / viel lande / leute / Schlöſſer / Stedte / Dörffer / ſchöne Heuſer / Forberge / Welde / Jagten / luſtgarten / geld vnd gut / ſchöne Pferde / ſchöne Weiber / ſchöne kinder / vnd alles was dergleichen ſein / ſo vnſere hertzen begehren / erfrewen vnd erlangen möchten / vnd were darbey ſchwach / kranck / ſiech vnd vngeſundt / was könte denſelben dieſes alles erluſtigen vnd beſondere frewde geben / oder wie könte er auch / in mangelung guter geſundheit / im geringſten etwas daruon genieſſen ? müſte nicht jederman ſagen / das doch dieſer / ſo ſolches alles hette / darbey aber ſtets kranck vnd vngeſundt / der ermſte vnd elendeſte menſch were / ſo auff der gantzen welt ſein möchte / alſo das auch ein geſunder betler in dieſem fall nicht vnbillichen jhm bey weitem könte fürgezogen werden.

Aus dieſem allen denn nachmals erfolget / das zu allen zeiten / beydes vnter Heyden vnnd Chriſten / hohe / gelehrte vnd fürtreffliche leute dahin gearbeitet / das ſie gantz heilſame vnnd nützliche leges vnd præcepta geſtellet / vnd geſehen / wie vnd durch was mittel die geſundheit könte erhalten werden / vnd die verlorne wiederbracht / Daruon denn vnter den alten / der

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vhralte Medicus vnd fürſt aller Ertzte/ Hippocrates, ein ſonderliches buch zuſam̃en gebracht/ vnd auff das fleiſſigſte ſolche præcepta beſchrieben / vnd nach jhm der fürtreffliche vnd hochgelerte artzt Galenus hat ſechs ſchöne bücher / de conſeruanda & tuenda valetudine, geſtalt. So haben auch nachmals vnſere vorfahren jhnen diß ſtück ſehr hoch angelegen ſein laſſen/ vnd dauon viel nützlicher tractetlein an den tag gegeben/vnd zu dieſem theil der artzney fürnemlichen gerichtet / ſo die Griechen διαίτην, die Lateiniſchen victus rationem, vnd der gemeine Man Sanitatis regimen, das iſt / regiment der geſundheit nennen.

Es kan aber die geſundheit dardurch erhalten werden (wie Cicero lib. 2. offic. ſaget) wenn einer ſeines eigenen leibes kündig / auch dieſer ding / welche dem leibe dienſtlichen / je zu hand gebraucht / dargegen aber die ſo jhm ſchedlich/ fleuhet vnd meidet. Solche ding aber / ſo dem menſchen nützlich oder ſchedlich ſein können/ haben die Ertzte in die ſex res non naturales, das iſt/ die ſechs neben oder vnnatürliche ſtück / daran allen menſchen mercklichen viel gelegen / be-
1. griffen / vnd gar artig gefaſſet. Das erſte iſt die lufft / nemlichen / welche zuerwehlen oder zu

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

meiden / Vnd ſo es die zeit nicht leiden wil / wie man die verbeſſern möge. Das ander iſt ſpeiſe vnd tranck / welche nützlichen ſey oder nicht / vnd was ſonſten für Regeln beyleufftig darbey zumercken. 2.
Das dritte / iſt die bewegung vnd ruhe des leibes / daran auch nicht wenig gelegen. 3.
Das vierde iſt / ſchlaffen vnd wachen / darinnen guter vnterſcheid zur geſundheit nötig / zuhaltẽ. 4.
Das fünffte / iſt volle vnd öde des leibes / da auch merckliche ſachen zur geſundheit fürlauffen. 5.
Endlichen / als zum ſechſten / ſind die hefftige zufelle vnd bewegung des gemüts / als zorn / furcht / ſchrecken / frewde / ꝛc. welche groſſe krafft haben / ſo wol zur geſundheit / als zur vermehrung vnd anreitzung der kranckheit. 6.

Sie werden aber darumb neben natürliche ding genent / das wo ſie in meſſigem vnd rechtem gebrauch obſeruiret werden / erhalten ſie des menſchen natur vnd geſundheit. Dargegen aber werden ſie vnnatürliche ding genant / von wegen des vberfluſſes vnd vnzeitigen gebrauchs / das ſie als dann wieder die natur lauffen / die geſundheit zerſtören / vnd zu kranckheiten vrſach geben.

Da aber nun jemand inferiren / vnd diß einbringen vnd ſagen würde / das ſolche præcepta

ſuperſtitioſa werē/man kōnte doch gleichwol bey zimlicher geſundheit ſein/ob man ſolche gleich nit ad tuendam ſanitatem obſeruirte/ viel weniger das man dieſelbe ſo gar genaw vnd curioſe in acht hette/ ſintemal das gemeine ſprichwort: Medice viuere, eſt peſsime & miſerrime viuere, vnd vber das Cornelius Celſus, ein fürtreffli=cher Rōmiſcher artzt / in ſeinem erſten buch am 1. cap. ſchreibet / das der geſunde menſch / dem gar nichts mangele/kein regiment oder ordnung der Diæt/ oder der ſechs neben natürlichen din=gen gebrauchen / viel weniger ſich einem artzte vnterwerffen ſol.

Darauff zur antwort/das es eine rechte im=pietet ſey / ſolche præcepta ſanitatis zuuerachten oder hindan zuſetzen / Erſtlichen darumb / weil Paulus 1. Theſſ. 4. ſagt/ das ein jeder menſch ſeinen leib in ehren halten ſol. Vnd das geſetze ſagt/ man ſol nicht tōdten. Wie bald aber iſt der menſchliche Cōrper in vnehr vnd kranckheit ge=ſetzt/vnd muß auch endlichen ſterben/wenn man ſolche præcepta nicht weis / oder in zimlicher ob=ſeruantz helt/ Daher erferet man teglichen / das viel leute eines vnzeitigen todes ſterben / oder doch ſonſten bey lebenszeiten vngeſunde Cōrper bekommen / nicht allein durch ſchwert / büchſſen

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd gifft / ſondern das ſie ſolche leges ſanitatis zum öfftern mit freſſen / ſauffen / vngeſunder koſt / vberflüſſigen wollüſten vnd allerley üppigkeiten vberſchritten. Vnd das ich nur ein exempel der heiligen ſchrifft anzihe / da Gott ſelbſt durch den mund Moyſi / ein ſonderliches præceptum ſanitatis zu obſeruiren befihlet vnd gibt / da er im 2. buch am 23. Cap. den kindern Iſrael alſo gebieten leſt: Du ſolt das böcklein nicht kochen / dieweil es an ſeiner mutter milch iſt. Wil hiemit der getrewe allwiſſende Naturkündiger anmelden / das ſie / die kinder Iſrael / einen vnterſcheid der ſpeiſe haben ſollen / vnd alſo der geſundheit warnemen / Denn wenn man ſo junge böcklein ſchlachten vnd eſſen ſolte / würde es der geſundheit ſchedlichen ſein / wie denn in warheit auch ohne deſſen alles viehe / ſo bald es geſchlachtet / vnd ehe es recht erkaltet / zur ſpeiſe zugericht / vnd geſſen wird / offt ein vrſprung groſſer kranckheiten vnd leibes beſchwerung iſt / Denn die fibræ „ neruex, in muſculis adhuc integræ, nondum „ ruptæ, conciſæ vel contuſæ, difficiliorem co- „ ctionem verurſachen. Item das auch durch hefftige „ vnd übrige arbeit vnd bewegung / durch vbermeſſiges ſtudiren / zorn / erſchrecken / furcht vnd andere beweglikeiten des gemüts mehr /

vnd was ſonſten wieder die ſechs erzehlten neben natürlichen dingen lauffen kan / der menſch ehe zu grunde gehen muß / denn der halbe theil des termini præfixi verloffen/welchen er ſonſten vermutlichen(wo er die præcepta der geſundheit ein wenig beſſer in acht gehabt) leicht hette erlangen vnd erreichen können. Betreffende dann das obangezogene gemeine ſprichwort / Medice viuere, eſt peſsime ſeu miſerrime viuere: Sage ich
„ dargegen/ Qui ſecundum leges Medicorum vi-
„ tam tranſigit, ille beate viuit. Denn das heiſt nicht erbermlichen vnd übel leben / So iſt ohne
„ deß die temperantia ſanitatis parens, vnd iſt alſo diß falſiſsimum dictum.

Das auch Cornelij Celſi meinung nach/die geſundē keines weges an ſolche præcepta gebunden ſein ſollen/ kan auch nicht wol erwieſen werden / ſintemal auch keiner alſo geſund vnd ohne mangel vnnd gebrechen erfunden werden kan/ wie die Complexion des ewigen vnd allmechtigen Sons Gottes vnd Mariæ geweſen. Vnd ob ein menſch auch inſtar Polycleti regulæ (derer Galenus in arte Medicinali gedenckt) geſundt were/ mag er ſich doch die lenge nicht alſo erhalten/ oder in ſolcher geſundheit beharren/ dieweil vnſere Cörper ohne vnterlas geendert werden/

vnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd zur corruption von anfang biß zum ende/ wegen des falls vnſer erſten eltern geneigt. Aber diß iſt ſonderzweiffel des Cornelij Celſi eigentliche meinung geweſen / das ein geſunder / ſo zimlichen wol auff vnd zu paſſe/ wol eſſen/ trincken/ ſchlaffen/ wachen/ vnd andere nötige werck verrichten kan / der groſſen ſorgfeltigkeit für alle regel der Diæt etwas gefreyet / vnd ſich derſelben ſo eben nicht annemen darff / Denn wo ſich ſolche geſunde perſonen ſo ſtricte an die leges Medicorum verbinden vnnd verknüpffen wolten/ welches eine ſuperſtitioſa & nimis exquiſita victus ratio were/vnd endlichen der haußhaltung beſchwerlich vnd verdrießlichen fürfallen wolte/ ſo möchte als dann mehrgedachtes ſprichwort/ Medice viuere &c. auch ſeine ſtat haben.

Es würde auch allen denen / ſo fern vber land reiſen / vnd ſich auff die ſtras begeben müſten / leichtlich ſchaden an jhrer geſundheit zugefüget werden / dieweil ſie vorbeſchriebene regeln zuuor allezeit gar curioſe vñ genaw gehaltẽ/jtzo aber/ aus angezeigter verhinderung / die ſpeiſe/ ſo ſie zu hauſe gewonet/ nicht haben / vnd nach jhrer ordentlichen Diæt gebrauchen köndten. Darumb Cornelius Celſus ferner ſpricht / Sanus homo nullum cibi genus fugere debet, quo

„ populus vtitur. Solches erkleret auch ſein vnd
„ weißlichē Hippocrates, da er ſaget/ Ein menſch/
„ ſo bey zimlicher geſundheit iſt/ ſol bißweilen vn-
„ gewönlicher dinge gebrauchē/ ob er gleich weis/
„ das jhm ſolche nicht allerdings geſund/nur dar-
„ umb/ das er derſelben gewohne/ damit wo es
„ ſich begeben vnd die not erfordern würde/ das
„ wir anders dann vnſer gebrauch iſt/ leben mü-
„ ſten/ wir deſto weniger dauon verletzt werden.
So ſaget auch Hierony. Bock in ſeiner Speis-
„ kammer/ das geſunden leuten die gemeinſte ſpei-
„ ſe am aller beſten bekomme/ denn ſie den hitzigen
„ magen ſetigen/ vnd die natur der geſunden ſter-
„ cken vnd erhalten. Wo aber dargegen krancke
vnd von natur blöde menſchen ſind/ die müſſen
freilich nicht aller hand ſpeiſen gebrauchen/ wel-
ches auch alſo von allen andern neben natürli-
chen dingen verſtanden wird.

So iſt nun aus dieſem klar zuuerſtehen/ wie
ſolche regeln vnnd ſanitatis præcepta, vnd der-
gleichen nützliche Tractetlein anzunemen ſeind/
nempe pro generalibus præceptis, das iſt/ für
gemeine regeln/ welche vns weiſen/ wodurch die
geſundheit des menſchen erhalten werden/ vnd
woher kranckheiten entſtehen können/ die nun
ein jeder nach ſeinem alter vnd lebens art ſol wiſ-
ſen zu

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſen zu reguliren / ſo wird auch die tegliche experientz / als die beſte meiſterin / ferner anzeigung vnd vnterricht geben / das ein jeder bey ſich ſelbſt ſpüren / fühlen vnd befinden kan / was jhnen bekompt / vnd nicht bekompt / wol thut / vnd ſchaden zufüget. Die jenigen aber / ſo Neutralem diſpoſitionem haben / vnd weder recht geſundt / noch kranck / oder aber von natur blöde vnnd ſchwach ſeind / die müſſen ſich deſſen etwas mehr anmaſſen / vnd in guter acht haben.

Belangende nun dieſes wercklein / wie man gute geſundheit erhalten möge / welches etwan der Edle / geſtrenge / Ehrnuehſte vnd hochgelarte Herr / Heinrich Rantzau / Königlicher Wirde in Dennemarck fürnembſter geheimbter Raht / vnd Stadthalter in Holſtein / aus allerhand gelerter Ertzte bücher zuſammen getragen / zum theil aber aus ſelbſt eigener erfahrung erlernet / vnd mit fleis für ſeine kinder vnd gefreunde / zu vnterweiſung guter geſundheit / verzeichnet / vnd in Druck Lateiniſch hat außgehen laſſen / welches büchlein biß daher / beydes von gelerten leuten auff Vniuerſiteten / auch ſonſten bey andern literatis ſehr geliebet vnnd gelobet worden / Als haben bey mir viel hohe vnd ehrliche perſonen mit fleis angehalten / vnd vrſach

geben /

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

geben/ das ich ſolches jhnen vnd andern / ſo der Lateiniſchen ſprach vnerfahren / zum beſten in Deutſche ſprach bringen wolte. Vnd nach dem ich ſolches für mich genommen / vnd erſtlichen ein mal mit fleis durchleſen / hat mir daſſelbe auch vberaus wolgefallen / aus vrſachen / weil ich für das erſte daraus befunden / das dieſer hochgelarte vnd wol erfahrne Man vom adel/ ein rechter philomedicus ſein muß/ vnd alſo viel in der artzney ſtudieret/ das er ſich zum höchſten in dieſem büchlein befliſſen/ gleich die gantze Medicinam, als Theoricam vnd praxin, etlicher maſſen zurüren / darneben eine luſtige / anmutige ordnung zu halten / auch die præcepta de tuenda ſanitate, mira breuitate, mit beſonderer kürtz zufaſſen vnd anzubringen. Denn nach dem er anfenglich von der deſtruction vñ corruption vnſer leiber bericht gethã/ſchreitet er ad elementa,welche vnter die res naturales, quibus corpus humanũ conſlatur,gezogen werden/Von dieſem kompt er auch zu reden von dem ſtück / dadurch vnſere geſundheit kan erhalten werden/ das deñ vnter die res non naturales, quæ ſanitatem tuentur, billichen gehörig/ damit er alſo die Theoricam rüret. Zum dritten / ſtellet er an die ordentliche Diætam vnd victus rationem auff alle tage/

tage/ woche/monat/vnd durch das gantze jahr. Endlichen vnd zum beſchluß / thut er gleich wie ein Bienlein / das aus allerhand blumen zu ſeinem mellificio einen guten ſafft zeucht/alſo bringet dieſer autor von den berůhmten Practicanten/(vnd was er ſonſten von hohen perſonen von guten Experimentlein erlanget) als ſchŏne artzney blůmlein / ſo fůr allerhand kranckheit vnd mancherley gebrechen dienſtlichen / zuſammen / wirfft vnd ſprenget ſie kůnſtlichen mit ein/ das alles / gleich als zum andern theil der Medicin, nempe ad practicam kan referiret werden/ vnd mir in warheit ſolcher methodus gar wol gefallen / Darumb ich ſolches bůchlein nicht allein mit fleis ins deutſche gebracht/ſondern auch vrſach genommen / daſſelbe an vielen enden zuvermehren/ vnd mit phyſicis cauſis ac rationibus, auch mit ſchŏnen grůndlichen Experimentlein zuuerbeſſern / die alle ein jeder Haußvater vnd wanderßman in fůrfallenden nŏten / ſo er einen gelehrten Artzt vnd Apotecke nicht haben kan / ſicher vnd wol gebrauchen mag.

Demnach gnediger Fůrſt vnd Herr / auch gnediger Graff / eine alte gewonheit / das man den bůchern / ſo in ŏffentlichem Druck außgehen / ſchutzherrn zu ſuchen pfleget / auff das dieſelbe

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſelbe vnter dem patrocinio derſelben / ſchutz vnd ſicher geleit haben / vnd vnangefochten bleiben mögen / Habe demnach E. F. G. vnd g. ich zu Mœcenaten ſonderlichen erwehlet vnd außgeleſen / Erſtlichen darumb / dieweil vnter E. F. G. ich ein geborner vnterthaner vnnd landeskind bin / ſo zu Weymar geboren / deſſen vater auch E. F. G. herrn Großvater vnd herrn Vater / Chriſtſeliger vnd milder gedechtnis / getrewer Apotecker vnd diener geweſen / Ich auch allhier zu Arnſtadt (nach Gottes gnedigem willen vnd ſchickung) vnter Ewer graff Hans Günthers gnaden / vntertheniger diener vnd leibes Medicus nun in das ſiebende jahr geweſen / vnd noch. Zum andern / geſchicht auch ſolche dedication fürnemlichen aus dieſen vrſachen / das ich mich ſchüldig vnd pflichtig erkenne / für die gnedige wolthaten vnd erzeigten willen (das E. F. G. vñ g. an die Durchleuchtigſte hochgeborne Fürſten vnd Herren / Herrn Auguſten / Hertzogen zu Sachſſen / des heiligen Römiſchen Reichs Ertzmarſchalch vnd Churfürſten / rc. Deßgleichen vnd fürnemlich an herrn Joachim Friederichen / poſtulirten Adminiſtratorn des Primats vnd Ertzſtiffts Magdeburgk / Marggrauen zu Brandenburgk / rc. wegen meiner ausſtehenden

vnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd J. F. G. bewuſten ſchuldförderung / zu etlichen malen mich gnedig vnd fleiſſig verſchrieben) darfür eine vnterthenige Chriſtliche danckbarkeit vermercken zulaſſen / welches ich doch mit nichts anders / als mit dieſer meiner geringſchetzigen arbeit weis zu erweiſen / E. F. G. vnd g. gantz vnterthenig bittende / ſolchen angewandten fleis gnediglichen auff vnd anzunemen / auch dieſes büchlein in E. F. G. vnd g. gnedigen ſchutz vnd ſchirm befohlen ſein zu laſſen / vnd meine gnedige Fürſten vnd Herren förder zu ſein vnd zubleiben. Dargegen erkenne ich mich ſolches mit meinen vnterthenigen vnnd geringfügigen dienſten jederzeit danckbarlichen zuverdienen / auch den allmechtigen Gott trewlichen anzuruffen vnd zu bitten / das er E. F. G. vnd g. in friſcher langwehrender geſundheit vnd Chriſtlicher friedlicher regierung / zu ſampt den jhren / gnediglich bewahren vnd erhalten wolte / Amen. Datum Arnſtadt.

E. F. G. vnd G.

Vndertheniger gehorſamer
vnd dienſtwilliger

Johannes Wittich Vinar.
Medicus.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Des Durchlauchtigen / Hochgebornen Fürſten vnd Herrn / Herrn Friderichen Wilhelmen / Hertzogen zu Sachſſen ꝛc.

HEROICVM SYMBOLVM.

P. T. V.
Pietas, Tutiſſima Virtus.

Paulus 1. Timoth. 4.

Pietas autem ad omnia vtilis eſt, promiſsionem habens vitæ, quæ nunc eſt & futuræ.

WEr Gott vnd ſeinen Sohn erkendt/
Wird billich weiß vnd klug genendt.
Wer Gott fürcht/ liebet vnd vertrawt/
Deß Hauß iſt auff ein fels gebawt.
Wer jhn anrufft / bett / lobt vnd danckt/
Derſelbig hülff vnd gnad erlangt.
Wer Gottes wort mit andacht hört /
Deß glaube wird dadurch gemehrt.
Wer auch hoch acht die Sacrament/
Der kan ſich in ſeim letzten endt
Tröſten der brieffe vnd ſigill/
Vnd kan heim fahrn im fried gar ſtill.
Welcher menſch auch hat Gottes huldt/
In dem wird ehr / lieb vnd gedult
Folgen / ſein wird vergeſſen nicht
Auch nach ſeim todt / Darumb auch ſpricht
Sanct Paulus / das gottſeligkeit
Verſichrung hab in dieſer zeit/
Vnd werd in Chriſto anderweit
Jhrn nutz haben in ewigkeit.

M. B. A.

Des

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Des Wolgebornen vnnd Edlen Herrn/ Herrn Hanſſen Günthern/ der vier Grauen des Reichs/ Grauen zu Schwartzburg rc.

HEROICVM SYMBOLVM.

W. G. V. H. W. G.
Wer Gott vertrawt/ Hat wol gebawt.

Paulus Rom. 5.

Spes non confundit.

Wer ſich verleſt auff ſeinen Gott/
Getröſt ſich ſeiner hülff vnd gnad/
Vnd gleubt an Chriſtum ſeinen Sohn/
Helt jhn für ſeiner gnaden thron.
Wer gottſelig lebt/ vnd vertrawt
Gott ſeinem HErrn/ hat wol gebawt.

SYMBOLVM

Der wolgebornen vnd edlen Frawen/ Frawen Anna/ geborne Gräuin zu Oldenburgk vnd Delmenhorſt/ Gräuin vnd Frawe zu Schwartzburgk/ etc. Grauen Hanſſen Günthers Chriſtſeligen hertz lieben gemahls.

H. G. H. G. H. G.
Hie gedult haben/ Gottes höchſte gaben.

HERR Gott gib vns im creutz gedult/
Gedult iſt/ wo da iſt dein huldt.
HErr zeig vns ſolch dein huld vnd gnad/
Gedult verleih vns frűe vnd ſpat.
HErr Gott zeig vns dein gnad vnd huldt/
Gib vns im creutz Chriſtlich gedult.

M. B. Alb.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Regiſter der fürnemſten Capittel/ ſo in dieſem buch angezogen werden.

1. Was die vrſachen / das die menſchliche Cörper ſich vermindern / verzehren / an krefften abnemen / vnd zur corruption vnd vntergang kommen.
2. Von den gemeinen regeln/ die geſundheit zuerhalten/ nötig zuwiſſen.
3. Die ſpecial regeln die geſundheit zuerhalten nötig.
4. Von der Lufft.
5. Vom Waſſer.
6. Vom Fewer.
7. Von der Speiſe.
8. Vom trincken.
9. Von bewegung vnd übung des leibes.
10. Von ruhe vnd müſſiggang.
11. Vom ſchlaff.
12. Von wachen.
13. Von entlehrung des leibes.
14. Von Aderlaſſen.
15. Von ſchröpffen / laß vnd windköpffen.
16. Von den waſſerEgeln / ſo blut ausziehen.
17. Von purgieren vnd reinigung des leibes / mit Clyſtirn vnd andern dingen.
18. Vom erbrechen vnd vndawen.
19. Vom waſſer vnd harm des menſchen.
20. Von ſchwitzen.
21. Von baden.
22. Von ehelichen wercken.
23. Von hunger vnd abſtinentz.
24. Von enthaltung allerley vberfluſſes.
25. Von anligung vnd bewegung des gemüts vnd ſinne.
26. Etliche regeln von dem regiment vnd Diæta / ſo teglich in guter acht zu haben.

27. Ein-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Regiſter.

27. Eintzliche regeln von dem regiment vnd Diæt / ſo wöchentlichen anzuſtellen.
28. Von dem regiment vnd Diæta / ſo monatlichen anzuſtellen.
29. Von den vier vnterſchiedlichen zeiten im jahr.
30. Von dem Früling vnd Lentzen/ oder rechten anfang des jahrs.
31. Vom Sommer.
32. Vom Herbſt.
33. Vom Winter.
34. Vom jahr in gemein.
35. Von ſtuffen oder ſteig jahren.
36. Was man in guter acht haben ſol / wenn man vber lande reiſen wil / Vnd da einem eine kranckheit oder fieber anſtöſt/wie er ſich halten ſol.
37. Ein nützlicher vnterricht / wie man ſich wieder kelte in reiſen/ auff jagten vnd in kriegßzügen bewaren. Oder da man ſich verbrennet/ was man gebrauchen ſol.
38. Beſchreibung etlicher gantz nützlichen vñ heilſamen mitteln/ die außwendigen wunden zuheilen.
39. Wie man ſich für hitze auffhalten / vnd den durſt ſtillen ſol.
40. Was man für den hunger gebrauchen ſol.
41. Von vnwillen / erbrechen vnd vndawen / ſo da entſtehet wenn man vber meer ſchiffet.
42. Von trincken allerley waſſer / in fürfallenden nöten.
43. Vom Naſebluten.
44. Von durchbruch / durchlauff vnd vielen ſtulgengen des leibes.
45. Vom Sodt des magens vnd brennen im halſe.
46. Wieder die breune vnd filtz der zungen.
47. Von trunckenheit.
48. Beſchreibung etlicher eintzeln vnd zuſammen geſetzten ſtücken/ ſo wieder gifft ſehr krefftig ſeind.
49. Von der Peſtilentz/ darbey auch ein tractetlein Doctoris Iohannis Pontani ſeliger/ de peſte.

50. Von

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Regiſter.

50. Von dem zubereiten Spießglaß oder Antimonio.
51. Von dem Churfürſtlichen Sächſiſchen gifftpuluer.
52. Gifftlatwerge des Königes Bithiniæ Nicomedis.
53. Des dritten Königs in Dennemarck Chriſtiani artzney für die ſchwere noth.
54. Deß heiligen Ambroſij Syrup/ wieder die dreytäglichen fieber nützlichen.
55. Das erſte Capittel des erſten buchs Cornelij Celſi, wie ſich den geſunden gebüret zu halten.

Das I.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Das I. Capittel.

Was doch die vrſachen ſein/das die menſchlichen Cörper ſich endlich vermindern / verzehren / an krefften abnemen / vnd zur corruption vnd vntergang kommen.

AVff das wir zu vnſerm vorhaben den anfang machen/müſſen wir für allen dingen die heuptvrſachen der zerſtöhrung vnd abnehmung vnſerer Leibe / auch die vrſach des alters/ todes / vnd alles übels vnd vnglücks/ ſo vns in dieſem elenden leben vberfelt/ betrachten vnd anzeigen.

Heuptvrſachē des Todes vnd alles vnglücks.

Es iſt aber die erſte vnd fürnembſte vrſach nichts anders/denn der Fall vnſerer erſten Eltern/die Erb vnd wirckliche ſünde / ſo in vnſer verderbten Natur ſtecket/ dauon der heilige Apoſtel Paulus zun Röm. am 6. alſo ſagt/das der Todt ſey der Sünden ſoldt / vnd vmb der Sünde willen ſeind jm vnſere Cörper vbergeben/Denn gleich wie der Todt/ alles vnglück / vnd was vns ſonſt in dieſem vergenglichen kurtzen Leben widerwertig ſein mag/auffhebet vnd wegnimpt/Alſo muß dargegen vnter dem wörtlein Todt/des gantzen menſchlichen lebens noth vnd elend begriffen werden.

1. Erbſünde.
2. Wirckliche ſünde.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Hieher ſol man auch ziehen die tegliche fehl vnd ſünden / ſo wir aus ſchwachheit vnſers fleiſches / vnd durch anreitzung deß böſen geiſtes begehen vnd heuffen/ dadurch wir Gott den allmechtigen zu ſeinem gerechten zorn / vnd vber vns allerley kranckheit / jammer / creutz vnd elend zuuerhengen / groſſe vrſach geben.

Andere vrſach der zerſtörung/ von einfluß des himmels vnd geſtirns / ſo widerwertig.

Die andere vrſach / dauon vnſere Cörper zerſtört werden/ abnemen/ vnd in mancherley kranckheit gerahten / bringet mit ſich der böſe wiederwertige einfluß des himmels vnd geſtirns / auch die art der Complexion/ nach dem ſolche gut oder böſe iſt / Iſt ſie gut/ ſo lebt der menſch deſto lenger / Iſt ſie böſe / ſo ſtirbt er deſto eher.

Gott hat von anfang allen dingen ſonderliche eigenſchafften vnd wirckungen zugeeignet.

Denn gleich wie Gott von ewigkeit allen ſachen ſonderliche eigenſchafften vnd natürliche wirckungen zugeeignet hat/ Alſo iſt auch den himliſchen Cörpern / als den Planeten vnnd geſtirn / etc. eine ſonderliche wirckunge vnd göttliche krafft eingepflantzt worden / das ſie nicht allein zum ſchmuck vnd zier des Firmaments / in jhrer gewiſſer gröſ vnd ordnung dahin geſatzt ſein ſollen/ die Jahr zu zehlen / die tage vnd Monat neben der zeit zu vnterſcheiden / Sondern auch das ſie zeichen ſein vnd bedeuten ſollen / was vns zukünfftig begegnen vnd wiederfahren möge.

Planeten vñ geſtirn/wozu ſie erſchaffen.

Hieraus folget nun/ das die Planeten vnd das geſtirn des himmels / eine ſonderliche verborgene krafft vnd wirckunge in vnſern Cörpern einbringen müſſen/ nach welchen die feuchtigkeiten vnſerer leibe entweder geendert / vermehret oder gemindert werden / als nach des geſtirns ſonderlichen einfluß vnd qualitet. Vnd ſolches gibt vnd lehret zwar klar vnnd augenſcheinlich die

tegliche

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

tegliche erfahrung / welche die beſte vnd gewiſſeſte lehrerin iſt aller ding / die keiner beweiſung benötiget.

Erfahrung die beſte lehrerin.

Im fall man aber dieſem allen nicht beyfallen noch glauben geben wolte / bezeuget doch ſolches die fleiſſige betrachtung deß Mondes / welches herrſchafft vnd dominium, vnſere feuchtigkeiten zu guberniren/ ſich dermaſſen vnterſtehet / das wir allein dardurch gnugſam können vberwieſen werden.

Der Mon mehret vnnd mindert die feuchtigkeit.

Weil denn vnwiederſprechlichen / das von der influentz des himmels die feuchtigkeit vnſerer leibe regieret werde / ſo kan warlichen die vrſach deß todes vnd allerley kranckheit nicht vnbillich zum theil auff die himliſchen Cörper vnd influentzen gezogen werden.

Vber das ſeind auch noch zweyerley vrſachen/welche auch von dem einfluß des himmels entſtehen / vnd vnſere Cörper endern vnd deſtruiren können:

Zwo andere vrſachē vom einfluß deß himmels.

Die eine iſt / die ſich alßbald anhebet/ wenn wir ge=
boren werden / vnd zunimpt / biß zum endlichen vnter= I.
gang / derer denn fürnemlichen drey ſein / Nemlich / die
Trunckenheit vnd verzehrung der natürlichen feuchtig= 1.
keit/ ſo ohne vnterlaß geſchicht. Zum andern/ die teg= 2.
liche verzehrung vnd minderung vnſers weſens vnnd
ſubſtantz / oder aber die groſſe verenderung vnd bewe=
gung der materiæ vnſers leibes. Zum dritten/ die bö= 3.
ſe / vberflüſſige vnd vnnütze feuchtigkeiten/ ſo in vnſern
Cörpern erwachſſen.

Die ander vrſach iſt/die ſich von außwendig zutre= II.
get/ derer ſind zweyerley. Etliche / ſo nicht notwendig
vnſern leiben ſchadē zufügen/afficiren oder endern/ ſon= 1.
dern zufelliger weiſe geſchehen vnd entſtehen / Vnd wir
können dieſelbe bißweilen wol flihen / vnd vns dafür

Außwendige vrſachen.

hüten/

hüten / Bißweilen aber dem menſchen vnuerſehens begegnen können / als/ das einer geſchlagen / im Krieg erſtochen oder erwürget wird / im waſſer ertrinckt / mit gifft vergeben / mit dem donner verderbet / oder ſonſt mit dergleichen zufellen angegriffen wird.

2. Die andern vrſachen / ſo euſerlich geſchehen/ ſind/ die den menſchlichen Cörper notwendiger weiſe können endern / vnd dieweil wir ſoche nicht wol meiden / noch ohne dieſelben leben können/auch allewege nicht recht in acht nehmen/mus daraus folgen/das dieſe alle/menſchliche / natürliche Complexion vnd vollſtendige geſundheit/zertrennen/ zerrütten/kranckheit vnd den todt bringen müſſen. Wo ſie aber mittelmeſſig gebraucht / vnd in acht genommen werden / ſo beſtehet die geſundheit/ ſintemal ſolche einem jeden menſchen (weil man ſie zu erhaltung vnſers lebens nicht entrathen kan / ſondern mit jhrer wirckung zur geſundheit teglichen haben muß) gar fleiſſig zubedencken vnd zubetrachten / nötig. Vnd werden ſechs neben natürliche ding / oder von den gelerten / ſechs res non naturales genandt.

Geſundheit beſtehet im rechten gebrauch der ſechs neben natürlichen dingen.

1. Als zum erſten die drey Elementa :

Die drey Elementa.

1. Lufft /
2. Fewer /
3. Waſſer.

2. Zum andern / ſpeiß vnd tranck / oder alles das jenige / ſo wir zu vnterhaltunge vnſers lebens gebrauchen.

Speis vnd tranck.

3. Zum dritten / die bewegung / übung vnd ruhe deß leibes / beydes den gantzen leib / vnd die theil deſſelben betreffende.

Bewegung vnd ruhe.

4. Zum vierden/ das ſchlaffen vnd wachen.

Schlaffen vnd wachen.

Zum

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Zum fünfften / dieſe ding / welche den leib von vberflüſſigen feuchtigkeiten entladen / welches geſchicht durch aderlaſſen / purgieren / erbrechen / abſchlagung des waſſers / baden / ſchwitzen / übung der werck der liebe / vnd dergleichen.

5. Reinigung des Leibes.

Zum ſechſten / die jnnerlichen affecten des gemüts / als / furcht / zorn / angſt / ſchrecken / trawrigkeit / ſchwermut / frewde / vnd dergleichen / dauon nachmals weiter geſagt werden ſoll.

6. Bewegung des gemüts.

Dieſe ſechs ſtück / wo ſie meſſiger weiſe gebraucht / vnd recht in acht genommen werden / erhalten ſie (wie zuuor gemeldet worden) den Menſchen in guter diſpoſition vnd geſundheit / Wo ſie aber mißbraucht werden / bringen ſie kranckheit vnd mercklichen ſchaden / Denn gleich wie die geſundtheit gentzlich beſtehet vnnd begriffen wird in mediocritate, alſo wird ſie auch erhalten / wenn man die ſtücke zur geſundtheit nötig / meſsiger weiſe gebrauchet.

Der ſechſe neben natürlichen ſtücken nutz vnd ſchaden.

Regel zur geſundtheit nützlich.

Das II. Capittel.

Von den gemeinen Regeln / die geſundtheit zuerhalten / nötig zu wiſſen.

Die fürnembſten vrſachen / dauon mancherley Enderung / zerſtörung vnd corruption vnſerer Leibe zuentſtehen pflegen / ſind im vorhergehenden Capittel nottürfftiglich erzehlt worden. Nun wollen wir anzeigen / wie durch rechte maß vnd ordentlichem gebrauch / die geſundtheit deß lebens erhalten / die

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

verlorne wider gebracht/vnd etliche arten der kranck-
heit gemindert vnd weggetrieben werden können.

Es iſt aber vor allen dingen zu wiſſen/ ob wol die himliſchen Cörper vnd influentzen eine wünderliche verborgene krafft vnd wirckung in menſchlichen ſachen üben vnd erzeigen können/ ſol man doch gentzlichen ſtatuiren vnd gewiß dafür halten/ das Gott der allmechtige/ ein Schöpffer Himmels vnd der Erden/ ein HERR vber Todt vnd Leben/ alle Planeten vnd einfluß des Himmels/ neben jren lauff vnd krafft/ entweder befördern oder gentzlichen hindern könne/ das er auch alle böſe bedeuttung vnd zuneigungen künfftiger böſen dinge/ſo von den himliſchen influentzen entſtehen/zum öfftern zu endern vnd zu förderen pfleget/ Gleich wie er auch nach ſeiner vnaußſprechlichen güte alles vnglück vnd böſes/ ſo vns von dem Firmament getrawet vnd angezeigt wird/ in lauter gutes verwandeln vnd endern/ oder von wegen vnſerer ſünde vnd mißhandlung/ nach ſeinem gerechten gericht/ ſcherffen vnd vermehren kan.

Gott der allmechtige kan alle einflüß vnd Planetē des Himels/ entweder fördern oder hindern.

Denn göttliche Maieſtet an himliſche influentz vnd geſtirn/ ſo fürnemlich zu nutz vnd erhaltung menſchliches geſchlechts erſchaffen/ nicht verbunden/ oder alſo gefenglichen beſchloſſen/ das alles eben alſo geſchehen vnd erfolgen müſte/ ſondern ſeine allmacht thut alles freywillig/ ja er weis aus fürnemen vrſachen alle ding zu regieren vnd zu meſsigen.

Gott an ſeine Creaturen nicht gebunden.

Dieſer ewiger gütiger Gott/ ein Vater vnſers HERRN Jeſu Chriſti/ hat dem Könige Hißkiæ/ nach dem er vber ſeine begangene ſünde hertzliche rew vnd leid gehabt/ ſein leben 15. gantzer Jar erlengert. Demnach ſollen wir auch zu ſehen/das wir Gott dem allmech-

Gott hat des Königs Hißkie leben 15. Jar lang erlengert/Eſa. 38.

allmechtigen mit ernſtem gebet teglich in ohren ligen / damit er vns vnſer leben auch erſtrecken / vollſtendige vnd gute geſundheit / guten verſtand vnd krefſte deß leibes gnediglich verleihen möge / Denn ja recht geſaget wirdt :

Gott vmb geſundheit vnnd langes leben zu bitten.

Deß himmels lauff ſein krefſte hat/
Der Chriſten gbet viel mehr vermag.

Item :

Das gſtirn regiert die menſchen ſchon/
Gott ſolchs regiert in ſeinem thron.

Item :

Gar krefftig iſt der Chriſten gbet/
Gott dem drawenden gſtirn wehrt.

Nachdem auch vnſere Cörper mit vielen vnd mancherley arten der kranckheiten/wegen vnſerer ſünde/ angegriffen werden / ſollen wir mit fleis dahin trachten / wie wir mit vernunfft alle vnſere böſe bewegung vnnd neigung deß gemüts/ deßgleichen auch die euſerſten glieder alſo im zaum halten / damit ſie nicht die ſünden ins werck ſetzen/ auch darneben alle vrſachen der ſünden vnd ſchanden fliehen vnd meiden.

Solchen fleis / das leben vnnd ſitten zu regieren/ vnd fürnemlichen gottfürchtig zu ſein / den Eltern lieb vnd gehorſam zu erzeigen / wil Gott von allen lieben kindern haben/ vnd da ſie ſolches thun werden/ wird jhnen Gott herwieder langes leben / glück / ſegen vnd alle wolfahrt verleihen / Wie er denn ſolches in ſeinen zehen geboten reichlichen verheiſſen vñ zugeſagt/ welches auch S. Paulus 1. Tim. 4. warhafftig bezeuget/ da er ſpricht/ das ſich die Chriſten üben ſollen in der gottſeligkeit/ deñ

Nutz der gottſeligkeit.

ſolche

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſolche ſey zu allen dingẽ nütz/vnd hab verheiſſung dieſes vnd des zukünfftigen lebens. Vnd ſolches hat auch ein Heidniſcher König mit namen Zoraſter, rex Pactrianorum, etlicher maſſen verſtanden/ da er ſpricht: Wer ſeinen gebrechlichen ſchwachen Leib wil erhalten vnd ſchützen / der richte ſein hertz vnd gedancken alleine dahin/das er gottfürchtig ſey. Vnd Cicero ſagt/die Gottes furcht ſey das fundament vnd mutter aller guten tugenden.

Gotfürchtigkeit dienet zu erhaltung des ſchwachẽ menſchlichen leibes.

Gotts furcht eine mutter aller tugend.

Zum andern / dieweil zuuor gedacht worden / daß das geſtirn zu mancherley zerrüttung vñ enderung/ auch zu vielen kranckheiten menſchliches leibes wirckliche vrſach gebe / wie ſolches die Aſtrologia anzeiget / vnd die wiſſenſchafft der himliſchen influentz wirckunge / keines weges verbotten / Als wil ich euch dieſelbe auch in acht zu haben befehlen / das jhr auff ewere Natiuiteten / vnd was euch jährlichen gedrewet wird / (wie ich denn einem jeden ſeine figur mit fleis hab auffzeichnen vñ rechnen laſſen) fleiſſig mercket/ ohne alle ſuperſtition examiniret / vnd darüber erfahrne Aſtrologos vnd ärtzte zu rahte ziehet/ auff das jhr alſo das böſe meiden / das gute aber zu einem gewünſchten ende bringen möget. Denn diß ja die warheit / wie etliche ſagen / das der Himmel ſey eine pictur vnd gemelde / aus welchen wir abnemen vnd erkennen können / ob es vns wol oder übel gehen ſol. So ſagen auch herrlich vnd wol die fürſten vnnd heupter aller ärtzte/ Galenus vnd Hippocrates, das die kunſt der artzney/ohne der himliſchen influentz beyſtandt vnd gnade/ offt nichts ſey / ja viel mehr ſchedlich / denn dienſtlichen:

Natiuiteten nicht zuuerachten.

Der himmel ein gemelde vnd himliſche tafel võ Gott vns fürgeſtellet.

Kunſt der artzney ohne beyſtand der himliſchen influentz nichts.

Dieſe auffmerckung vnd obſeruantz gibt auch den nutz/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

nutz / das man der geſundheit wol kan warnemen / vnd ſich für kranckheit hüten / Denn nach dem man aus den Natiuiteten befindet / wozu einer von natur geneigt / ſo kan man als dann deſto beſſer mit groſſem fleis vnd aufſehē die mores zum außgang lencken vnd richtē / Dauon denn die Aſtrologi warnung gethan haben. Was wir nun zuuor wiſſen / das können wir leichter vertragen / vnd vns deſto beſſer fürſehen / damit wir vnſere ſachen weißlich darnach anſtellen / vnd ohne beſchwerung allem böſen entgehen.

Natiuiteten dienen zur geſundheit vnd regierung des lebens.

Denn wo ferne vnſer verſtand göttlicher hülffe gebrauchet / ſo iſt vns ein freyer will / der anreitzung deß Teuffels vnd vnſers fleiſches zu wiederſtehen / vnd alle böſe zuneigung zu brechen vnd zu moderiren / alſo / das ob vns gleich das geſtirn etwas wiederwertiges ankündiget / wir doch nach gelegenheit daſſelbe / wo nit gentzlich / doch zum theil meiden können / welches man (wo ferne es wieder ehre nicht leufft) eingehen ſol / Wo es aber ohne verletzung der ehren nicht geſchehen / vnd die vorſtehende gefahr flihen kan / ſo iſts beſſer / zeitlich vnd ehrlich ſterben / denn mit vnehre vnd ſchande lang lebē. Demnach ſo iſt gewis zu ſchlieſſen / das vnſere vernunfft vnd richtiger guter verſtand den himliſchen influentzen nichts zuuor gebe / auch vnſere freywillige ſinn vnnd handlungen an deß geſtirns nötigkeit keines weges gebunden.

Alſo hab ich bißher kürtzlichen in gemein erzelet / wie vnd welcher geſtalt wir vns ſchützen können / wieder allerley vnfall / kranckheit / vnd was ſonſten vnſern Cörpern ſchaden vnd zerſtörung zufügen mag.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Fleiſſiges gebet zu Gott/ ſchützt vns fürnemlich wieder allen vnfall.

Wo nun darneben zu dem Sohn Gottes ein embſiges vnd fleiſſiges gebet geſchicht / ſo iſt kein zweiffel/ das alles glücklich hinaus gehen muß. Damit wir nun/ was vnſer fürnemen ſey / vollend ins werck ſetzen mögen / wollen wir nach vnſerm verſtande ferner ördentlichen fortfaren/ Vnd iſt zu wiſſen/da man folgende ſtück in rechtem zeitlichen gebrauch hat / das die geſundheit dardurch fortgeſetzt vnd erhalten werde / Da aber das gegenſpiel geſchicht / dieſelbe zerſtrewet vnd geſchwechet wird.

Das III. Capittel.

Von den Special regeln / die geſundheit zu erhalten / nötig zu wiſſen.

Was geſundheit ſey.

Es iſt die geſundheit nichts anders / denn ein ſolcher zuſtandt deß leibes / in welchem der menſch mit keinem ſchmertzen beladen / vnd die übung aller wercke / als gehen / ſtehen / handeln/ wandeln/ eſſen/ trincken/ ſchlaffen/ wachen/ſehen/ hören/ vnd ſonderlich die vernunfft vnd witze gebrauchen kan / denn welche ſolches zu thun vermögen / die ſind / vnd man achtet ſie geſund/Wo aber ſolche übung nicht geſchicht/ das nennet man kranckheit.

Raſis meinung / wodurch die geſundheit am meiſten erhalten wird.

Die geſundheit aber deß menſchen zu erhalten/ wie Raſis zum könige Almanſor ſchreibet / iſt / das man nicht zur vnzeit vberflüſſige bewegung / ruhe/ ſpeiſe vnd tranck gebrauche / noch ſich mit vberflüſſigen feuchtigkeiten vberlade / vnd die außtreibung verhalte / auch die behauſung vnd andere örter / darin man wandelt/ nach

gelegen-

gelegenheit der zeit/ mit bequemen räuchwercke temperire/ vnd böſen zufällen / ehe ſie vberhand nemen/ zuuor komme/liſt vnd gedancken zehme/vnd bey dem jenigen/ ſo man gewohnet iſt/bleibe. Der Heide Cicero ſagt/ das die geſundtheit am beſten erhalten werde/wenn man ſeines eigenen Leibes kündig ſey / auch die ding wiſſe/ welche nutz oder ſchaden bringen / Denn aus denen ſtücken / durch welche des menſchen geſundtheit erhalten wird / kan auch die zerrüttung deſſelben entſtehen/vnd geſchicht die erhaltung der geſundtheit durch gleichmeſſigkeit/oder durch ſeines gleichen/aller ding wie die hülff vnd curatio durch das contrarium. Ciceronis meinung.

Paulus Acgineta der hat eine andere beſchreibung der geſundtheit. Iſiodorus aber ſagt dauon/das die vollkömliche geſundtheit des Leibes oder des lebens/ſtehe in natürlicher wärme vnd zimlicher feuchte. Wer da nu nach art ſeiner Complexion , viel guter natürlicher feuchtigkeit vnd wärme hat/ als die Sanguinei / in dem werden ſie deſto langſamer verzehrt / vnd er lebet deſto lenger/ Die aber/ ſo von natur kalt vnd druckener art/ werden zeitlich graw vnd ſterben deſto eher. Denn gleich wie die geſunden von den vier feuchtigkeiten (ſo ſie meſſig temperirt) regieret werden/ Alſo/ wo ſie vberheufft/ werden die ſchwachen dauon vorletzet/ vnd geben vrſach zu kranckheiten. Daher kömpt es auch/das die Leute/ ſo von natur fett vnd dicke / viel eher ſterben/als die hagern/aus denen vrſachen/ dieweil ſie weniger geblüts vnd geiſtes haben. Pauli Æginetæ beſchreibung. Iſiodori meinung. Sanguinei haben die beſte geſundheit / vnd leben lange. Kalt vnnd trockner complexion leben nicht lang. Wouon die geſundheit erhalten vnd regieret wirt.

Auff das wir aber von denen ſtücken/ſo die geſundheit des menſchen zuerhalten / vnd kranckheit zuuerhüten/ nützlichen ſeind / bequem reden mögen / ſo wollen Fette leute ſind kurtzes lebens / Hagere leute aber nicht.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wir von eines jeden ſtückes rechtem gebrauch / qualitet/ quantitet vnd zeitigem nutz ordentlicher weiſe handeln/ vnd alſo von der Lufft / ſo vns teglichen vmbgibet/ vnd zum hertzen gezogen wird / den anfang machen.

Das IIII. Capittel.

Von der Lufft.

Die lufft allen Creaturē nötig.

DIe Lufft iſt vor ſich warm vnd feucht / aber allen Creaturen ſo nötig / das one dieſelbe nichts leben kan / ja natürlichen haben alle Creaturen jhr leben vnd bewegen von der lufft / Denn ſo bald die lufft die Creaturen verleſt / fahren ſie wieder dahin / wie im 104. Pſalm geſchrieben ſtehet: Du nimbſt hinweg jhren athem / ſo vergehen ſie / vnd werden wieder zu ſtaube/ etc. Alſo kan man der lufft (ſol man anders leben) gar nicht entrahten noch entbehren / Ja wir alle erfahren teglich / das vnſere leiber nach der lufft eigenſchafft/ ſie ſey gleich gut / oder nicht / offt geendert werden / Derwegen mit höchſtem fleis dahin zu ſehen / das wir ſtets in rechtſchaffener vnd geſunder lufft leben vnd wandeln. In gemein aber zu reden / ſo iſt einem jeden diß die geſündeſte lufft / darin er geboren/ Denn wie der Philoſophus ſagt / ſo iſt eines jeden geburts ort die beſte erhaltung deß locati. Sonſten iſt die eigenſchafft einer geſunden lufft/ das ſie mittelmeſſig/ helle/ klar/ ſubtil/ temperirt / vnuerſchloſſen / frey / ohn allen geſtanck vnd feulnis/ mit guten winden durchwebet ſey/ auch da man ſie an ſich zeuht / nicht wiederwertig befunden werde/

In guter geſunder lufft ſtets zu wandeln.

Eigenſchafft einer guten geſundē lufft.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

werde / vnd ſo bald die Sonne auffgehet / warm / ſo bald ſie aber vntergehet / kalt wird.

Dargegen iſt das böſe vnd ſchedliche lufft / ſo trůbe / dunckel / neblicht / vnrein / ſtinckend / pfulicht / faul / verſchloſſen / eng vnd dampffich / dazu weder wind noch Sonne kompt / dauon ſie möchte gereiniget werden / auch allermeiſt im Sommer von faulenden důmpffeln / Seen / vnd andern vnbeweglichen waſſern / gifftige böſe qualiteten an ſich nimpt / vnd corrumpirt wird / oder aber von allerley ſtinckendem wuſte inficirt vnd verunreiniget iſt / auch einen gifftigen geſtanck von ſich gibt.

Beſchreibūg böſer lufft.

Ferner wird auch diß für eine ſchedliche lufft gehalten / ſo von miſtgruben / heimlichen Secreten / vnd andern gifftigen örtern herkompt / welche / ſo ſie das hertz vmbfehet / einen kurtzen athem machet. Deßgleichen auch dieſe lufft / ſo allzu warm / oder zu ſehr kalt / nicht gut iſt / Denn allzu warme lufft iſt darumb nicht bequem / das ſie die feuchtigkeiten deß heupts zertreibet vnd zerſchmeltzet / flůſſe vnd durſt verurſachet / dem geſicht ſchaden zufůget / die digeſtion vnd lebendigen geiſter mindert. Allzu kalte lufft aber verſtopffet die löcher der haut / das die vapores vnd důnſte nicht heraus können / welche nachmals in flůſſe condenſiret werden / vnd machet einen ſehr kurtzen athem. Gleich wie nun vor allen dingen vnreine böſe lufft (dieweil ſie den geiſtern deß lebens vnnd dem hertzen ſchaden zufůget) durchaus zu flihen vnd zu meiden iſt / Alſo ſol man vor allen dingen ſich dargegen befleiſſigen / das man temperirte / gute / geſunde lufft zum hertzen ziehe vnd bringe / Denn wo die natůrliche hitz deß hertzens nicht ſtets mit guter tempe-

Allzu warme lufft ſchedlich / alſo auch allzu kalte.

Temperirte lufft zur geſundheit am aller nůtzlichſten.

rirten vnd geſunden lufft durchwebet vnd erkület wird/ ſo muß die geſundheit zerſtöret werden.

Erlüffte/ geraume vnnd hohe gemach am aller geſündeſten.

Hieraus iſt auch diß abzunemen / das es beſſer iſt/ vnter dem bloſen himmel ligen / oder feine erlüffte weite gemache haben / denn in verſchloſſenen engen kammern vnd ſtuben zuſein vnd zuuerharren. Auch iſt hierbey zu mercken / das man winters zeit in warmer lufft / vom fewer zugericht/Sommers zeit aber in küler lufft ſich erhalte/ Alſo auch wenn feuchte zeit verhanden / druckene lufft/ vnd wenn druckene zeit/ feuchte lufft ſuche vnd gebrauche.

In langwirigen kranckheitē die lufft zu endern.

Vber das iſt auch ſehr nützlichen / in langwirigen kranckheiten die lufft zu endern/ vnd von einem ort zum andern zu ziehen / Denn die tegliche erfahrung diß bezeuget / das / wo man in langwiriger kranckheit keine geſundheit erlangen können / vnd nur die lufft vnd den ort mutirt vnnd verendert hat / das man dadurch offtmals zu vollſtendiger geſundheit wiederumb kommen iſt.

Böſe lufft wird von winden vnd wolriechenden dingen geendert.

Vnd nach dem die lufft zum öfftern von winden vnd wolriechenden dingen geendert / wie denn der wind nichts anders denn eine lufft iſt / ſo aus anregung der dünſte bewegt vnd getrieben wird / Als wollen wir an dieſem ort / gleich als zu rechter zeit / auch von den winden vnd wolriechenden dingen etwas reden.

Von den Winden vnd wolriechenden dingen.

Sudwinde die geſündeſten.

ZVm erſten iſt zu mercken / das die mitternächtiſchen winde vnter allen die beſten vnd geſundeſten ſind / nach dem jhre Complexion trucken vnd kalt iſt / denn ſolche machen geſunde leute / leichte vnd vnbeſchwer-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

beſchwerte heupter / gute ſcharffe ſinn / vnd bewahren für feulung. Nach dieſen werden ſehr gelobet die Orientiſchen winde / ſo von auffgang der Sonnen kommen / denn ſolche reine / ſubtil / vnd den menſchlichen Cörpern gar geſund vnd bequem / In ſumma / alle die winde / ſo meſſig kühlen / truckenen vnd reinigen / desgleichen auch die gemach / ſo nach auffgang oder mitternacht liegen / ſind am geſundeſten. Nichts deſto weniger ſol man auch dis behalten / das vberflüſſige windige Lufft den ſinnen / augen / der lungen / dem gehör viel ſchaden bringet.

Oſtwinde ſind nach den mitternächtiſchē die beſtē.

Die gemach vnd wonung nach Oſt vnd Süden am aller geſündeſten.

Vberflüſſige lufft vñ winde bringen vielerley ſchaden.

Von wolriechender Lufft.

WOlriechende lufft betreffende / iſt es an dem / das die lufft / ſo ſie etlicher maſſen zum hertzen gezogen / die geiſter des lebens mehre / Aber viel mehr vñ geſchwinder thunſolches wolriechende dinge / welche das hertz vñ gehirn / auch die ſeel vberaus ſtercken vñ erquickē / dauon nachmals der gantze leib ein ſonderliche frewd vñ ergetzung befindet. Vber das / kan böſe / vngeſunde vnd ſtinckende lufft / durch wolrichende ding vnd reuchwerck corrigirt vñ verbeſſert werdē. Es iſt aber daran gar viel gelegen / das man in ſonderheit / was von wolriechenden dingen zugebrauchen / wiſſenſchafft habe / denn darnach der geruch angeſtelt / darnach endern ſich auch die geiſter deß lebens. Sehr hitzige wolriechende ding kan man nicht allerding loben / denn ſie das heupt vñ gehirn zu ſehr erfüllen / vnd flüſſe verurſachē. Weil aber des gehirns temperatur nicht zu kalt / noch zu warm / ſo ſind temperirte wolriechende ding demſelben am aller annemlichſten /

Böſe ſtinckende lufft iſt durch wolriechende ding zu endern.

Sehr hitzige wolriechende ding dem gehirn ſchedlich.

Temperirte wolriechende ding dem gehirn am aller bequemſten.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

lichſten/ Derwegen wann trübe vnd kalte lufft/ oder regenwetter verhanden/ſol man ſolche wolriechende ding/ ſo ſich auff werme ziehen / gebrauchen / denn ſolche aus dermaſſen zur geſundheit nützlichen / ſonderlich aber/ wie Hippocrates ſagt / wo man nicht beſchwerung im kopff dauon befindet. Wann aber hitzige oder warme lufft verhanden / ſol man ſolche wolriechende ding / ſo ſich auff kelte ziehen / gebrauchen / als/

Wolriechende Roſen/
Violen/
Welſche Mirtenbletter/
Campffer/
Allerley Sandel /
Seeblumen / vnd dergleichen.

Wolriechende hitzige ding werden zugerichtet von

Zimmetrinde/
Citronen ſchalen/
Pomerantzen ſchalen /
Weyrach /
Agteſtein /
Angelica /
Wacholderbeern /
Timian / entzelen oder durcheinander gepuluert.

Paradiß holtz aber / dieweil ſolchs temperirt/ vnd eines ſehr lieblichen geruchs / achte ich / das ſolches indifferenter jederzeit am ſicherſten vnd bequemſten/ damit zu reuchern/ kan gebraucht werden/ denn es dem heupt vnd gehirn ſehr dienſtlichen.

Was nun einem jeden von dieſen wolriechenden dingen am beſten bekommen wird/das ſol er am meiſten gebrauchen / Vnd ſolches nicht allein der Naſen zu riechen/ zu-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

chen / zueigenen / ſondern auch auff die bruſt vnd Magen legen / wie denn der Theriack vnd Methridat / in die naſe geſtrichen / nicht allein zum geruch dienſtlichen / ſondern wieder alle gifft groſſe krafft haben.

Die geiſter deß lebens ferner zu ſtercken / iſt nicht vnbequem / das man Sommers zeit in die gärten offt vnd viel hin vnd wieder ſpaciren gehe / ſonderlich in den gengen vnd vmb die bödte / ſo mit wolriechenden kreutern vnd blumen beſatzt vnd geſchmückt ſind / ſolche auch hin vnd wieder in die gemach vnd wege ſtrewen / als /

Weidenbletter /	Welſche Camomillen /
Weinlaub /	Lauendel /
Roſen /	Heidelbeerbletter /
Violen /	Quitten /
Doſten /	Pirn /
Quendel /	Pomerantzen /
Timian /	Granaten / vnd dergleichen.

Item dieſe gediſtilirte waſſer gebrauchen / als /

Roſenwaſſer /

Pomerantzen blüt waſſer / vnd dergleichen / ein jedes für ſich alleine / oder mit gutem eſſige vermiſcht / die gemach damit beſprengen / vnterweilens auch in kammern mit ſolchen dingen reuchern / ſo einen lieblichen geruch geben.

Zum beſchluß / wil ich auch hiermit anhengen / was ich für wolriechende dinge / als rauchpüſchlein vñ kertzlein / Pomambra vnd dergleichen im gebrauch gehabt / welche ein jeder gleicher geſtalt (doch mit betrachtunge / was einem jeden ſeines temperamenti am nützlichſten vnd bequemſten ſein wil) gebrauchen ſoll.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Beſchreibung eines ſehr köſtlichen wolriechenden Waſſers.

Nemet gut Roſenwaſſer /
Weiſen wolriechenden Wein / jedes gleich viel / thut darzu den vierden theil Roſeneſſig / Weiſſen zucker Candit den dritten theil / laſt ſolchen darin zergehen / etliche thun auch gar ein wenig Saffran darzu. Auff das jhr aber dieſer Compoſition gewicht eigentlich wiſſen möget / ſo nemet
Roſen eſſig viij. lot /
Roſen waſſer /
Weiſſen wolriechenden Wein / jedes j. nöſſel.
Saffran / ein drittheil eins quent.
Weiſſen zucker Candit j. pfund / wenn ſolcher zergangen / ſo ſeihet es durch ein rein dick wüllenes tuch / Mit dieſem waſſer ſol man die hende / augen / vnd das angeſicht waſchen / auch die zeene damit reinigen / vnd die kleider oder gewand beſprengen / vnterweilens auch etwas daruon getruncken / iſt nicht ſchedlichen.

Ein ander wolriechend Waſſer / ſo nicht zu kalt / noch zu hitzig.

Nemet Roſenwaſſer j. maß / thut darein Zimmetrinde ij. quent. Muſcatenblüt j. quent. wolriechende violwurtzel ij. quent. Negelein ij. quent. Muſcaten nuß j. quent. Stoſſet dieſe ſtück alle gröblichen / laſt es miteinander wol verwahrt zween tage in der beitzung ſtehen / dann diſtilliret es / vnd wenn jhrs abgezogen / ſo thut darzu fünff gerſtenkörner ſchwehr Saffran.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Ein ander wolriechend Waſſer/ zimlicher werme.

Nemet Roſenwaſſer iij. nöſſel/
Abgeſtreiffte friſche Lauendelblumen iij. hand voll.
Gute friſche Neglein/
Zimmetrinde / jedes j. lot/
Violwurtz ij. quent.
Muſcaten blůt ij. quent.
Gedörte Roſenbletter j. hand voll/
Wolriechend Benzoi, ſonſt Aſa dulcis genandt/ ij. quent.
Styracis calamitæ, iſt auch ein Gummi/ij. quent.
Ambræ,
Bieſem / jedes ij. gerſten körner ſchwer / thut auch darzu ein lot oder zwey guten Maluaſier / oder Brandtewein / thuts zuſammen in ein glaß / verwahrt es wol/ vnd ſetzt es einen Monat lang in die Sonne.

Ein ſehr krefftiges Rauchpuluer/ in ſterbensleufften / vnd an den flůſſen offt probiret.

Nemet gelben Agetſtein v. pfund/
Maſtix /
Wacholder gummi/ jedes v. lot/
Gelben Sandel ij. lot/
Wacholderbeer vij. lot/
Rote Roſen x. lot/
Weyrach v. lot:
Aus dieſen allen ein grob puluer gemacht / vnd darmit

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

morgens / mittags vnd abends / ſterbens zeit ein ſanff-ten rauch gemacht.

Wolriechende Kertzlein wieder alle gifft / vnd in Peſtilentz zeiten ſehr dienſtlichen.

Nemet des ſchwartzen ſaffts Ladani vj. lot /
Styracis calamitæ x. quent.
Wolriechenden Benzoi vj. quent.
Weyrach iij. lot /
Arabiſche Stæchas blumen iiij. lot /
Rote Roſen /
Kramer Neglein / jedes vj. lot /
Citronen ſchalen /
Gelben Sandel / jedes ij. quent.
Wacholderbeer j. lot /
Ambræ,
Bieſem / jedes x. gerſtenkörner ſchwer /
Lindene kohlen ij. pfund:

Dieſe alle ſol man zu ſubtilen puluer ſtoſſen / vnd nach-mals tragagant mit Roſenwaſſer zu einem ſchleim an-feuchten / dann zuſammen in einem warmen Mörſel zum teige anſtoſſen / vnd daraus kleine kertzlein formi-ren / dieſelbe in der lufft trucken werden laſſen.

Beſchreibung wie man wolrichende knöpflein Pomambra / oder Bieſemöpfflein / vor Peſtilen-tziſche lufft dienſtlich / zurichten ſoll.

Nemet Styracis calamitæ,
Benzoi, jedes ij. lot /

Ladani,

Ladani,
Maſtix, jedes j. lot/
Neglein/
Paradißholtz/
Gelben Sandel / jedes j. quent.
Schwartzen Römiſchen kümmel ij. quent.

Dieſe alle ſollen gar ſubtil gepuluert / vnd denn mit reinem Hartz vnd Venediſchen terpentin/ſouiel darzu von nöten/zu einem knöpfflein oder pomambra angeſtoſſen werden / als denn ſol man ſolche mit Bieſem vnd Ambra, jedes vj. gerſten körner ſchwer / zuuor in neglein öhl zertreiben/ zum lieblichen geruch anfeuchten vnd beſchmieren.

Die jetztgedachten Rauchkertzlein ſind zwar wieder die Peſtilentz vnd gifftige lufft ſehr nützlichen / aber es iſt auch hierbey zu mercken / das man ſich nicht eher in die gemach begeben ſoll/ es habe ſich denn der rauch hin vnd wieder außgetheilt / vnd faſt verzogen / Denn wo ſolcher rauch noch dicke im gemach ſchwebet / ſo thut er dem heupt / den augen vnd der lungen wenig frommen/ Wil derhalben lieber zu folgenden Rauchküchlein rahten / derſelben ſol man etliche in ein ſilbern gefäßlein thun/ vnd darüber gut Roſenwaſſer gieſſen/ ſolches deñ vber ein angezündet liecht halten/ oder auff reine glüende kohlen ſetzen / biß es ſanfftiglich koche / vnd den geruch von ſich gehen leſt.

Wie man die wolriechenden Küchlein bereiten ſoll / ſo die Greuin von Arnsburg im gebrauch.

Nemet der beſten weiſſen roſenbletterlein / wo man aber Muſcaten oder Bieſemrößlein haben könte / weren ſie ſouiel deſto beſſer/ ſtoſſet ſolche wol in einem marmelſteinen mörſel / mit einer höltzernen keulen von frantzoſen holtz zugericht/ thut darzu Benzoi iiij. lot/ ſo zuuor 24. ſtunden in roſenwaſſer geweicht/ Ambræ ij. gerſten körner ſchwer/ Biſem j. gerſtenkorn ſchwer/ Zibeth den vierden theil eines gerſtenkorns / dieſe alle ſol man im ſteinern mörſel wol vntereinander miſchen/ vnd mit den roſenbletterlein zuſammen ſtoſſen / vnd endlich des beſten fein zuckers j. lot darunter mengen / vnd zween tage lang in mörſel wol verwahrt ſtehen laſſen / als denn einen teig daraus machen / vnd tragacanth mit roſenwaſſer angefeuchtet/ biß es zum ſchleime wird / darzu thun/ vnd damit wol anſtoſſen / daraus denn Rauchküchlein formiren/ vnd ein jedes zwiſchen zwey Roſenbletterlein wickeln/ vnd wie droben angezeigt / gebrauchen.

Ein ander ſehr krefftiger gekochter Rauch.

Nemet roſenwaſſer ij. lot/oder vier löffel voll/
Zibeth oder Bieſem ij. gerſtenkörner ſchwer/
Geſtoſſene Nelcken ein meſſerſpitze voll /

Solches zuſammen in ein jrden verglaſurt gefäßlein gethan / vnd in dem gemach auff reine glüende kohlen ſanfftiglichen erwallen laſſen / iſt ein ſehr anmutiger geruch.

Nach dem auch nicht allen menſchen dieſe jetzt erzehlte wolriechende ding / oder dergleichen / derer denn viel hin vnd wieder in gedruckten büchern ausgeſprengt/

Als

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Als ſol ein jeder/ nach art ſeines temperamenti, in ſolchen ſachen / was jhm am beſten bekömpt/ die wahl haben / das denn am aller nützlichſten.

Es tregt ſich aber bißweilen zu / das einem der geruch entgehet / vnd wenn das geſchicht / ſol man ein gurgelwaſſer von Raute vnd Hiſſop kochen/vnd Meerzwifel eſſig darzu thun / ſolches im munde halten / vnd darmit gurgeln/ auch offt Zitwer im munde tragen/vnd wol kewen.

Das V. Capittel.

Vom Waſſer/vnd ſeiner eigenſchafft.

NAch dem von der Lufft bericht geſchehen / erfordert die ordnung / das man auch etwas vom Waſſer rede. Es ſind aber alle einfeltige vnuermiſche waſſer von natur feucht vnd kalt / vnd nehren nicht/ vor ſich alleine genoſſen/ ſondern ſie feuchten vnd kühlen als eine artzney / vnd befördern die dawunge. Daher iſt auch bey den gelerten die frage / ob waſſer genoſſen / auch ſpeiſe vnd ernehre / dieweil es keine luſt zur ſpeiſe erwecke / langſam abgehe / vnd kein hungeriger dauon erſettiget / vnd ſo es gleich lang vnd viel geſotten wird / allezeit dünne bleibet ? Auff dieſe frage findet man im Aëtio, das Ruffus antwortet/Ob wol waſſer/ vor ſich ſelbſt alleine genoſſen / nicht nahrung bringe/ ſo könne doch ohne waſſer keine nahrung noch dawung geſchehen / Ja das alle genoſſene ſpeiſen von viehe vnd menſchen/ durch die feuchtigkeit des waſſers nicht allein ſubtil gemacht / ſondern auch zum rechten natürlichen

In gemein deß waſſers natur.

Nützliche frage vom waſſer/ vnd antwort darauff.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

außgang gefürt werden / wo bliebe ſonſt der natürliche humor bey den menſchen / den die ärtzte humidum radicale nennen.

Zeichen der guten waſſer.

Die zeichen der guten waſſer ſind / wenn ſolche liecht vnd klar / keinen frembden geſchmack oder böſen geruch haben / vnd die im Sommer kalt / im Winter aber warm ſich erzeigen / deßgleichen auch die aus friſchen vnd tieffen brunnen oder quellen entſpringen/vnd nicht trübe oder leimicht ſind.

Der hochtrefflich gelert Galenus gibt von guten waſſern zu erkennen/ dieſen beſcheid / vnd ſpricht : Ein jedes gut waſſer wird kürtzlich bey drey ſtücken erkandt/ als

1. am ſchmecken.
2. an der farbe.
3. am riechen.

Am ſchmecken/ wenn es ſüſſe iſt/vnd keinen frembden geſchmack(wie der auch ſein möchte)mit ſich bringet.

An der farbe ſol es gar lauter vnd liecht / nicht trüb oder weiß/ gelb/ rot oder blaw/ ſondern hell vnd durchſcheinend ſein.

Es ſol auch das waſſer keinen frembden geruch von der erden / ſchwefel / ſaltz / alaun oder pech haben/ ein ſolch waſſer iſt gut vnd edel/denn es gehet bald durch den leib / one alle blehung vnd beſchwerung/ wird nicht bald corrumpirt oder zerſtört. Man mag auch / was gute waſſer ſein/hierbey erkennen/ das man ſolche in ein rein gemacht küpffern oder meſſing becken / oder ander gefeß gieſſe / vnd darin eine nacht wol verdeckt ſtehen laſſe/ Wenn deñ ſolche das becken oder gefeß nit vnrein oder fleckicht gemacht / ſollen ſie auch gut vnd geſundt ſein. Es werden auch dieſe waſſer / ſo die legumina,

Wie gute waſſer zu probiren ſind.

das iſt/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

das iſt/ zugemüſer (als Bonen / Linſen / Arbeis) bald linde vnd weich machen/ gelobet.

Das Regen waſſer iſt vnter allen andern das aller ſubtileſte vnd zarteſte / denn es bekömpt ſeine ſubtilitet von der Sonnen / dann dieſelbe das aller reineſt vnd klareſt aus den waſſern hinauff zu ziehen/ vnd das grobe herunden zu laſſen pfleget. Nach dieſem werden gelobet die brunnenquell vnd fließwaſſer / welche auſſer den bergen/ vber die ſtein vnd wacken rauſchen / oder ſo tieff in felſen geſucht werden. Von dieſen ſchreibt auch Hippocrates, das ſolche waſſer/ bald nach dem Weine getruncken/ die dämpffe ſtillen/ vnd das ſie nicht vber ſich ins heupt ſteigen/wehren/ dauon ſonſten viel ſchedlicher flüſſe vnd kranckheiten entſtehen.

Regenwaſſer vnter allen das ſubtilſte.

Brunnquellen/ fliesswaſſer.

Dargegen ſind das ſchedliche vnd vngeſunde waſſer / ſo von zerfloſſenem eiß oder ſchnee herkommen / auch die See / weyer / gruben vnd ſtadtgräben waſſer/ auch die ſo ſich nicht bewegen/vnd ſtille ſtehen/ Welche aber dick/ trübe/ geſaltzen/ bitter/ vnd übel riechen/ ſind die aller ergſten. Das waſſer aber iſt in gemein im Sommer / Frůling vnnd Herbſt am geſündeſten / im Winter aber gar ſchedlichen.

Schedliche vnnd böſe waſſer.

Zu welcher zeit das waſſer am geſündeſten.

Es ſeind nun die waſſer wie ſie wollen/gut oder böſe/ ſo ſind ſie rohe zutrincken denen leuten / ſo nach mitternacht wohnen / vnd ohne das mit feuchten vnd kalten kranckheiten beladen / keines weges geſund. Alſo auch denen / ſo von groſſer arbeit ſich erhitzt / mit fraw Venus viel zuthun haben / vnd in der Badeſtuben mit kaltem waſſer jhre luſt büſſen wollen / Item den vollen brüdern/ denen der ſchwefel vom wein im rachen klebet/ vnd denſelben nach dem ſchlaff/oder des morgens nüchtern

Rohe waſſer zutrincken / wem es ſchedlich.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

tern mit kaltem waſſer zu leſchen vermeinen. So ſcha-
det auch kalt waſſer / nüchtern getruncken / dem Ma-
gen / gehirn / den zeenen / adern vnd beinen / deßgleichen
auch denen / ſo hart purgiert worden / oder geſchwollen
vnd waſſerſüchtig ſind.

Wie man zur not waſſer rectificiren ſoll.

Da man aber je aus noth waſſer trincken müſte / als
offt geſchicht in ebenen landen / vnd im kriege / da die
brunnen ſelten gut ſeind / ſol man es zuuor wol kochen /
vnd den dritten theil einſieden laſſen / vnd was vnrein
darin iſt / abeſcheumen / das ander ſo ſchwer vnd trübe
iſt / ſincket zu grunde / vnd wird alſo durch dieſe kochung
das waſſer rectificirt / vnd alle ſeine vnart hinweg geno-
men / dauon faſt im beſchluß diß büchleins mehr ange-
zeiget wird.

Wie man auch die waſſer zurichten ſoll / das ſie gu-
te bade geben / oder das man den leib / die hende / das
angeſicht / die augen vnd ohren damit reinige / iſt allbe-
reit droben im 4. Capittel von wolriechenden waſſern
meldung geſchehen / vnd ſol dauon weiter geſagt wer-
den. So iſt auch vnſer vornemen allhier nicht / wie
man waſſer mit golde / ſilber / ſtahl vnd dergleichen me-
tallen zurichten vnd ableſchen ſol / dauon es eine ſonder-
liche art vnd eigenſchafft vberkümpt / anzuzeigen / Son-
dern das wir nur / was geſunde lufft vnd waſſer / als
zwey vorneme element / ſo der menſch zu ſeinem langen
leben / guter Complexion vnd geſundheit / neben beque-
mer ſpeiſe / keines weges entrahten kan / ſey / zeigen vnd
weiſen / Als wollen wir demnach weiter fortfahren.

Das VI. Capittel.

Vom

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Vom Fewer / vnd ſeiner eigenſchafft.

DAs Fewer iſt von natur heiß vnd trucken / vnd welches von gutem dürren vnd wolriechenden holtze angezündet vnd zugerichtet wird / iſt das beſte vnd geſündeſte / Dargegen / welches von grünem / ſtinckriechenden vnd naſſen holtze / oder von böſen kohlen zubereitet wird / das iſt nicht beym geſündeſten / denn es beſchweret das heupt / Jedoch iſt das eſſen / bey guten büchenen oder eychenen kohlen zugericht / viel geſünder / als die ſpeiſe / ſo mit holtz gekocht oder gebraten wirdt. Wie nun ein meſſiges fewer / im gemach angezündet / die böſen dünſte vnd gifftige vnreine lufft zertheilet / verzehret vnd beſſert / die ſcharffe kelte hinweg nimpt / vnd die natürliche werme erquicket vnd ernehret / Alſo vnd dargegen thut vberheufftes fewer vnd rauch in den gemachen / den augen / der lungen / vnd dem heupt merckliche groſſen ſchaden / ja es verurſacht viel gefehrlicher flüß / vnd trucknet die natürlichen guten feuchtigkeiten aus.

Fewers natur.

Welch fewer am geſündeſten.

Temperirtes fewer was es nützet.

Vberflüſſig fewer / oder vberheitzte gemach ſchedlichen.

Aus dieſen vrſachen kan ich allhier vngeſtrafft nicht laſſen / derer vom adel im lande zu Holſtein gantz böſe gewonheit vñ gebrauch welche (nach dem ſie in jrem lande viel holtz haben) ſo groſſe helle fewer anzünden / vnd das gemach alſo damit zu erhitzen pflegen / das ſie bey nahe von groſſer hitz vnd rauch erſticken möchten. Vnd wie mir nun vberheufftes fewer vnd hitz durchaus nicht gefelt / alſo bin ich auch mit keiner Stuben zufrieden / wil auch / das man derſelben gantz vnd gar nicht gebrauche / vermahnet haben / Sondern an dero ſtat lobe ich die

Böſe gewonheit derer im lande zu Holſtein.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Schorſteine vnd Camin in Stuben nützlicher denn die ofen.

Schorſteine vnd Camin/ in welchen jhr feine temperirte fewer/ von gutem dannen/ eychen vnd bůchen holtze ſollet zurichten laſſen/ vnd darauff Wacholderholtz vnd beer/ Mirtenholtz vnd bletter/ Lorbern holtz vnd bletter/ terpentin hartz/ Salbey/ Roßmarien/ Lauendel vnd dergleichen werffen ſollet. Aber ſolch holtz/ ſo einen ſtarcken/ groben/ vngeſunden geruch gibt/ von welches rauch der kopff erfüllet/ oder ſonſt etlichen theilen deß leibes ſchaden zugefůget wird (als von Pappelbaum holtz/ Holunderſtauden holtz/ Buxbaum/ Maulbeerbaum/ vnd von andern faulen oder ſtachlechten holtze) ſol man durchaus zum fewerwerck meiden.

Kopff/ hals/ bruſt/ füſſe vnd hende ſol man für kelt bewahren.

Es iſt auch offt beſſer/ das man ein wenig kelte dulde vnd vertrage/ denn vbermeſſige hitze ausſtehe/ dauon der gantze leib vnd alle glieder alſo erhitzt/ das der ſchweis tröpfflicht abfellet/ Jedoch ſol man für kalte lufft den kopff vnd hals/ die bruſt/ hende vnd fůſſe/ wol bewahren/ Denn wie temperirte werme wol hilfft digeriren/ alſo thut dargegen groſſe kelte dem gedechtnis vnd andern gliedern groſſen mercklichen ſchaden. Man ſol auch das heupt deß nachts/ ſo wol als am tage/ vor kelte bewahren/ Wo man aber in ſtuben oder zimlicher warmer lufft iſt/ ſol ſolches auch nicht zuſehr bedeckt ſein/ dieweil es dem gehirn ſchaden thut/ vnd zeitlich grawe haar machet.

Wie die bedeckung des heupts in acht zu nehmen.

Zum beſchluß/ ſol man das fewer in den gemachen nur meſſig gebrauchen/ die kelte damit auffzuhalten/ vnd die natůrliche werme zu erwecken/ ſich alſo fürſehen/ das man weder mit der hitz noch mit der kelte zu viel thue/ denn wo eins geſchicht/ ſo nimpt die natur ſchaden. Vnd alſo viel vom fewer gnugſam.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Das VII. Capittel.

Von der Speiſe.

ES iſt biß daher/ was von der Lufft/ Waſſer vnd Fewer zu wiſſen nötig vnd dienſtlich geweſen/ gehandelt worden / Wollen derwegen auch etwas von ſpeis vnd tranck reden.

Nach dem das eſſen an ſtat der verzehrung / ſo an vnſern Cörpern geſchicht / das trincken aber an ſtat der feuchte/ welche von natürlicher hitze verzehret / gebrauchet wirdt / So muß man für allen dingen gut achtung haben auff die art vnd eigenſchafft der ſpeiſe / oder was vnd wie viel man eſſen ſoll/ auch zu welcher zeit / vnd in was ordnung / damit nicht das jenige zum erſten gegeben werde/ das ſich zum letzten gebüret / etc.

Warumb man tegliche eſſen vñ trincken muß.

Man ſol aber eſſen / das eine rechte nahrung gibt/ den Cörper mehret / erhelt / vnd gut geblüt machet / dann alle ſolche ſpeiſe dieſer eigenſchafft vnd natur / das ſie die natürlichen feuchtigkeiten erhalten / vnd gute geſundheit bringen/ Dargegen wo man grobe vndawliche koſt vnd ſpeiſe gebrauchet / ſo entſtehet daraus vnrein geblüt / böſe feuchtigkeit / viel vnrahts vnd kranckheit.

Welche ſpeiſe am nützlichſten vnnd ſchedlichſten.

Es ſind aber fürnemlich dreyerley art vnd geſchlecht der ſpeiſen / als / Subtile/mittelmeſſige/vnd grobe koſt.

Dreyerley art der ſpeiſen.

Subtile koſt wird genandt / ſo ein zart vnd ſubtil geblüt gibt/ vnd leichtlich verwandelt wird / als da ſind junge gemeſte Hüner / friſche Eyer / vnterwachſen jung Schweinen fleiſch/ Fiſche / gut rein brod / etc.

Mittelmeſſige ſpeiſe aber ſind dieſe / junge Lemmer

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

eins monats alt (ſonſten werden ſie jhrer vielen vnd ze-
hen feuchtigkeit halben verworffen) Zieglein oder junge
Böcklein/ järige Schöpſe/ gut kalbfleiſch/ etc.

Wem grobe koſt nützlich.

Grobe koſt/ ſo ſtarcke nahrung gibt/ dienet hitzi-
gen vnd arbeitſamen leuten/ vnd ſind dieſe/ Kühfleiſch/
Rindfleiſch/ alt ſchweinen fleiſch/ Haſen/ Hirſche/ vnd
dergleichen wilde thier/ ſo in wälden gefangen/ vnd da-
für geachtet werden/ das ſie beſſer denn die zahmen ſein
ſollen.

Auff das man aber eigentlich wiſſen vnd verſtehen
möge/ welche koſt leicht oder ſchwer zuuerdawen/ wil
ich ſolche gar kurtz in eine ordnung faſſen.

Koſt ſo baldt zuuerdawen.

Koſt/ ſo leichtlich in vnſern Cörpern verwandelt
wird/ ſeind weiſſe zeitige Weinbeer/ denn wo ſie meſſig
geſſen werden/ geben ſie gute nahrung/ beuoraus wenn
man ſie zuuor auffgehenget hat/ wie im lande zu Fran-
cken gebreuchlichen.

Feigen.

Friſche reiffe Feigen/ nehren ſehr wol/ machen fett/
ſind leicht zuuerdawen/ bleiben nicht lang im magen/
der leber/ nieren vnd blaſen ſehr dienſtlichen.

Mandelkern.

Friſche ſüſſe Mandelkern geben beydes dem gehirn
vnd gantzen leibe gute nahrung/ vnd bringen den ſchlaff/
Weil ſie aber ein wenig ſtopffen/ ſol man kleine roſin-
lein darunter gebrauchen.

Salat.

Lactuca oder Salat/ kület im Sommer das ge-
blüt/ vnd benimpt den durſt/ helt den leib linde vnd of-
fen/ ſonſten gibt alles kraut kein gut geblüt.

Körfel.

Garten oder zahmer Körfel/ ſo er noch jung/ be-
kompt wol dem heupt vnd magen/ vmb ſeines guten ge-
ruchs willen/ iſt einer mittelmeſſigen temperatur/ nicht
zu warm/ noch zu kalt.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Binetſch oder Spinath / iſt kalt vnd feucht im ende des erſten grads / ein gut Sommer kochkraut / denn es ſenfftiget den bauch/benimpt brüſt vnd lungen wehe/ Item wer groß reiſſen im rücken hat/ oder verſtopfft iſt/ der ſol Spinath eſſen / Aber teglich gebraucht / bringet es viel melancholey. Spinath.

Gekochte Gerſte oder gerſten grauppen / ſind dem menſchen zur nahrung ſehr bequem / denn ſie machen gut geblüte/ erquicken Sommers zeit den erhitzten Magen vnd Leber. Gerſtē grauppen.

Schweinen fleiſch / dieweil es eine ſonderliche eigenſchafft hat/ den menſchen zu ſtercken / gut geblüt zu machen/ vnd den leib feucht zu halten / ſo iſts doch auch darneben etwas Phlegmatiſch/ vnd nicht allen menſchē zugleich nützlichen / ſondern alleine denen / ſo einen guten/ geſunden vnd ſtarcken magen haben. Schweinen fleiſch. Es wird aber das wilde ſchweinen fleiſch / ſonderlichen winters zeit/ dem zahmen fürgezogen. Wild ſchweinen fleiſch.

Junge Hüner vnnd Cappaunen geben treffliche köſtliche nahrung vnd gut geblüte / ſind temperirt / vnd allen menſchen bequem / jhre brüe iſt ſo köſtlich / das ſie auch wieder den auſſatz eine artzney iſt. Junge hüner/Cappaunen.

Rephüner vnnd Haſelhüner / werden vnter allen vogeln am höchſten gepreiſet / machen viel geblüt / vnd geben dem menſchen ein ſonderliche krafft. Rep vnd haſelhüner.

Reckholder oder Krametvogel/ iſt bey den Römern in groſſem werth gehalten worden/ ſie geben gut geblüt/ ſind leicht zuuerdawen / Derer art ſind auch die Amſeln/ Droſcheln/ alle waldt/ heck vnd puſchvogel. Krametvogel.

Friſche hüner eyer ſind die geſündeſten / Vnd ob man auch wol andere vogel eyer zu eſſen pfleget / ſo iſt Hüner eyer.

doch

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

doch ein wahr ſprichwort: Von guter lufft vnd guten geruch / von gutem Wein vnd einem friſchen Ey wird das hertz vberaus geſterckt. Denn die eyer ſind temperirt / vnd der menſchlichen Complexion faſt gleichförmig / Die dotter wird bey nahe in lauter gut geblüt verwandelt / vnd erhelt die männlichen krefften. Es ſind aber die Eyer am beſten in oder zu der nahrung / ſo ziemlich friſch ſeind / nicht faul / alt oder verlegen / Item / ſo lang / klein vnd dünne / Vnd wie Galenus ſchreibet / ſind das die beſten vnd geſündeſten eyer / ſo nicht zu hart noch zu weich geſotten / ſo er nennet oua tremula vnd mollia, das iſt / dotterweiche eyer / ſind bald zuuerdawen / vnd bringen dem ſchwachen gute nahrunge. Die andern / ſo man ſorbilia oua nennet / ſind die lautern eyer / die leſt man nur erwarmen / dienen wol zur artzney / ſind auch ſonſten eingenommen / der bruſt vnd lungen gut / alſo auch in heis waſſer geſchlagen / den febricitanten gar nützlichen. Zum dritten ſind oua cocta, das iſt / hart geſottene eyer / vnd oua frixa, gebacken eyer in butter oder ſchmaltz / ſind ſchwerlich zuuerdawen / vnd dienen allein den taglöhnern.

Allerley Fiſche.

Gute ſchüppige Fiſche / ſo aus reinen / friſchen vnd flieſſenden waſſern gefangen werden / als Bars / Kaulbars / Krumbhechtlein / Aſchen / Forellen / Steinbeiſſen / Schmerlen / Karpffen vnd dergleichen / ſind auch am geſündeſten.

Koſt ſo ſchwerlich zuuerdawen.

Folgende koſt iſt ſchwer zuuerdawen / als / vngeſewert brod / bleibet lang im magen / verſtopfft Leber vñ Nieren / vnd gibt vrſach zum ſtein.

Bohnen.

Bohnen geben böß Phlegmatiſch geblüt / vnd blehen den leib auff.

Linſen-

Linſen machen böſe Melancholiſch geblüt/ kretz vnd auſſatz / viel geſchwehr / blöde geſicht / vnd viel kranckheit. Linſen.

Weiſſe Küchern machen böſe geblüt / vnd blehen ſehr / Die roten aber / ſo ſie zwey mal in waſſer geſotten werden/ alſo/ das die erſte brüe dauon gegoſſen/ die andere aber nüchtern getruncken wird / bewegen ſie den Harn / treiben den ſtein/ vnd ſind faſt nützlich denen/ ſo anfahen waſſerſüchtig zu werden / etliche tage aneinander gebraucht. Küchern.

Süſſe Quitten/ vnd ſo nicht ſchmackhafftig ſein/ thun trefflichen ſchaden den Senadern/ vnd mehren die Colicam. Süſſe Quitten.

Rohe Kaſtanien ſtopffen / vnd verurſachen heuptwehe. Kaſtanien.

Haſelnüß ſind ſchwer zuuerdawen / begeben ſich langſam aus dem magen/ machen winde im leibe / vnd heuptwehe. Haſelnüß.

Oliuen / ſo ſchwartz vnd rötlicht ſind / geben böſe nahrung/ dienen allein dem magen den appetit zu erwecken/ ſonderlich die grünen/ die noch nicht gar reiff vnd in eſſig gelegt ſeind. Oliuen.

Melaunen/ Pheben vnd Cucumer / ſind eitel kalte früchte / derwegen wir Deutſchen ſolche den Wahlen billich laſſen ſolten / denn ſie bringen vnſern leibern wenig frommen / Welche aber hitzige Lebern haben / oder von jugent auff dieſer früchte gewohnt ſeind / mögen ſie zum gebratnis eſſen. Melaunen. Pheben. Cucumer.

Alle Köelkreuter ſind ſchwer zuuerdawen / machen Melancholiſch geblüt / dauon böſe trewme vnd dünſte kommen / ſind ſordida alimenta, wie denn auch das Koelkreuter.

Compos kraut / vnd ob man gleich deſſelben ein fuder eß / bekömpt man doch daruon nicht ein tröpfflein rein blut / es ſettiget nur den hitzigen magen / vnd machet einen guten appetit zum eſſen / gehört für geſunde / vnd nit für ſchwache leute.

Schwemme. Schwemme / ſind ein geſchwür der erden / blehen vnd erkelten den leib / vnd ſollen durchaus nicht gebrauchet werden / denn ſie mehr tödtlich dann nützlichen / Dauon auch ein fürtrefflicher artzt zu ſagen pfleget: Wenn die Schwem am beſten zugericht worden / ſind ſie zu nichts beſſers nütz / denn das ſie auff ein ſchauffel gefaſſt / vnd ins waſſer geſchüttet werden.

Rettich. Rettich iſt ſchwer zuuerdawen / ſchadet den augen vnd dem heupt

Hirſchen wilpret. Hirſchen wilpret iſt grober ſubſtantz / vnd nicht leicht zuuerdawen.

Ochſen vnnd Kuefleiſch. Alt Ochſen vnd Kuefleiſch machen Melancholiſch geblüt / vnd ſind ſchwer zuuerdawen.

Bockfleiſch. Alt Bockfleiſch iſt ſehr vndawlich / vnd gibt böſe nahrung.

Grobe fiſch. Grobe harte Fiſch / ſo ein zehen ſafft vnd viſcoſitet haben / als Stöer / Wälß / Schleye / Stockfiſch / Ael vnd dergleichen / ſind nicht dienſtlichen / wie den auch alles fett von Fiſchen böſe iſt.

Allerley waſſervogel. Alle waſſervogel / als Schwanen / Pfawen / Kranche / Störche / Enten / Genſe zahm vnd wilde / ſo auff weyhern / Seen / dümpffeln vnd andern waſſern leben / dienen gar nicht zur geſundheit / Wie denn auch die alten Tauben.

Krebs. Krebs ſind feucht vnd kalter natur / ſchwerlich zuuerdawen / vnd dem magen ſchedlich / können aber durch

ſonder-

ſonderliche kochung wol gebeſſert werden. Item etliche theil vñ eingeweide der vogel/als der hals oder ſchlundt/ die leber/ miltz/ nieren / gederm / der magen vnd bauch.

Keſe.

Keſe ſo alt / er ſey geſaltzen oder nicht/ ſo iſt er tru=ckener vnd kalter complexion / gibt vrſach zum ſtein / iſt hart zuuerdawen.

Mandelſup=pen.

Mandelſuppen ſeind geſundt / ſonderlichen ſo ſie wol abgezuckert/ vnd ſollen offt gebraucht werden.

Ziegenmilch.

Ziegen milch wird zur koſt von den ärtzten für die beſte geacht / denn ſie dem magen nicht ſo leicht wie die andere ſchaden thut / iſt den alten leuten gar nützlichen/ wo man ſie mit zucker vnd fenchel nüchtern gebrauchet.

Honig.

Honig/weil ſolches an allen enden in die ſpeißkam=mer für die Küche einkaufft wirdt / wil von nöthen ſein/ ſolches an dieſem ort nicht zu vbergehen. Es iſt aber ſei=ne natur warm vnd trucken im andern gradt.

Ein gut Honig ſol im Früling oder Lentzen geſam=let werden/von den jungen Imen oder Bienen/ ſol ſein ſüſſe / ſcharff / eines lieblichen geruchs / weiß vnd klar/ nicht wäſſerich / flüſſig oder ſchwehr / Nach dieſem iſt das liechtgelbe das beſte / Vnd ob wol das Atheniſche/ Siciliſche (ſo vom berge Hybla kompt) für allen gelo=bet wird/ ſo ſtellen wir ſolches an ſeinen ort/ vnd wiſſen/ das vnſer deutſch vnd Düringiſch Jungfraw honig ſo gut iſt/als etwan daſſelbe. Es iſt auch das honig/ ſo aus der Littaw kompt / keines weges hindan zuſetzen / Aber das donnen honig dienet weder zur küche noch zur artz=ney/ vnd laſſen ſolches den Pfefferküchlern.

Hierbey iſt wol zu mercken/ das man im Sommer die ſpeiſe keines weges mit honig abſüſſen ſol / fürnem=lich darumb / dieweil die galle im Sommer das domi-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

nium hat / vnd offt viel hitzige fieber mit einfallen / dauon nachmals beydes die gall vnd fieber vermehrt vnd hefftiger werden. So dienet auch one das hitzigen Cholериſchen jungen leuten das honig gar nicht / denn es jhnen das Choleriſche geblüt vermehret / vnd böſe hitzige kranckheiten bringet / darumb ſie ſich deß honiges im Sommer durchaus enthalten ſollen. Winters zeit aber iſt es wol zugebrauchen / ſintemal es fürnemlichen den Phlegmaticis / ſo feuchter Complexion/ vnd alten leuten wol thut/ den leib reiniget/ das gekäder von der bruſt vnd magen ablöſet/die böſen feuchtigkeiten in den adern reiff machet/ außtreibet/ vnd wol nehret. Darumb auch der Meth / ſo von honig geſotten wirdt / für die alten Phlegmatiſchen leute / welche von dem Catarrho wol geplaget werden / ſehr dienſtlichen / Vnd wird gemacht von einem theil honig/ vnd 8 theil waſſer/ das iſt/ zu einem nöſſel honig thut man 8. nöſſel waſſer/kochet denn ſolches gar ſanfftiglichen / vnd ſcheumet es wol / das iſt denn das Hydromel Melicraton, ſo die Lateiniſchen Aquam mulſam nennen. Alſo hat auch das Oxymel, das iſt / honig eſſig / ſo von honig vnd ſcharffen weineſſig geſotten wird/ ſeinen groſſen nutz/die grobē Phlegmata zu eröffnen vnd zu zertheilen.

Es iſt auch allhier beyleufftig wol zu mercken / das Kirſchen/ Spilling/ Johannes beerlein/ Pfirſchen vnd andere dergleichen labnus mit honig eingemacht / mehr ſchedlich/denn nützlichen/ dieweil ſie die fieber mehr befördern/denn dempffen/welches man zur warnung auch anzeigen muß.

Zucker. Zucker iſt einer temperirten qualitet vnnd eigenſchafft/ etwas warm / neiget ſich doch faſt auff feuchte/ er ſter-

er ſtercket/ digeriret/ reiniget/ ſeubert die lung vnd bruſt/ vnd da er meſſig gebraucht wird / bekompt er wol dem magen/ vnd macht die ſpeiſe lieblich / Daher das ſprich=wort entſtanden/ Zucker verderbet kein eſſen/ oder/ man kan keine ſpeiſe mit Zucker verderben. Wo man aber ſei=ner in ſpeis vnd tranck ſtets gebrauchet/ vnd magen vnd leber damit vberladen werden/ kan ſolcher verſtopffunge bringen / vnd ſich leicht in galle verwandeln / wie Aui-cenna ſchreibet.

Vom Hirſchfleiſch iſt droben meldung geſchehen/ Vnd dieweil es dieſe eigenſchafft / das ſeine gantze ſub=ſtantz der gifft zuwieder / außgenommen der ſchwantz/ welcher ohne das vor ſich gifftig / vnd die eigenſchafft haben ſoll / das der leib dauon linde vnd offen bleibe/ So kan es nicht leichtlich ſchaden / das man bißweilen ſolch wilpret gebrauche / ſonderlich die perſonen / ſo ei=nen guten magen haben/ vnd wol dawen können/ Vnd ich für mein perſon achte gentzlich dafür/ daß das fleiſch von jungen Hirſchen wider die fieber ſehr nützlichen ſey. Die zarten Hirſchkolben / ſo newlich herfür geſtoſſen/ werden für ein köſtlich eſſen bey allen groſſen herren vnd Fürſten gehalten. Das hirſchgehirn / vnd das creutz=lein oder beinlein / ſo im hertz deß Hirſchen gefunden wird/ dienet auch wieder die gifft.

Zarte hirſch=kolben.

Hirſchgehirn.

Alles fleiſch vnd fiſche/ wenn ſie gebraten / werden ſie herter / hitziger vnnd trockener art / als wenn ſie ge=kocht / nehren vnd ſtercken auch den leib beſſer.

Galenus ſchreibet / das der menſch zu erhaltunge ſeines leibes nichts nützlichers haben kan / denn gut rechtſchaffen brod / dieweil es ein grundfeſt vnd funda=ment iſt aller andern koſt / Darumb man auch allezeit

Gut brod.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

zweymal ſo viel brod / denn andere ſpeiſe eſſen ſoll. Es iſt aber das Weitzen brod das beſte vnd geſündeſte / welches mit der Complexion des menſchen bey nahe vberein trifft / vnd ſol nicht von gar alten oder gar newen / ſondern von ſolchem mehl / das nicht zuſehr außgemalen / recht vnd wol gebacken werden / vnd etwas von ſaltz vnd ſawerteig haben. Nach dieſem iſt das Rocken brod ein gut / geſund vnd wolſchmeckend brod für den gemeinen mann. Es ſol aber kein brod / weil es noch heis vnd warm iſt / genützt werden / denn ſolches die natürliche hitz des magens verderbet / denſelben auffblehet / durſt vnd groſſe verſtopffung in den adern bringet / vnd ſchwer zuuerdawen iſt. Sonſten aber hat das warme brod auch ſeinen nutz / ſo nicht zuuerachten / Denn wenn einer matt vnd krafftlos were / dem ſol man die broſamen von warmen brod in guten wolriechenden wein netzen / vor die naſe halten / vnd daran riechen laſſen / erquicket vnd ſtercket wol das hertz vnnd die lebendigen geiſter. Sonſten wirdt von Rockenbrod eine krefftige artzney wieder das hefftige brechen gemacht / Man nimpt einen durchſchnitt von rockenbrod / röſtet ſolchen gar braun auff kolen / reibet jhn denn voller geſtoſſenen nelcken / beſprenget jhn mit maluaſier / vnd bindet jhn gar warm vber den Magen / iſt eine ſehr gute artzney.

Weitzē brod das beſte vñ geſündeſte.

Rockenbrod.

Warm brod mit wein für die naſe gehalten / dienet wieder ohnmacht.

Artzney von Rocken brod wieder das brechen.

Ferner machet man auch ein pflaſter von Rockenbrod für das auffſtoſſen des Magens / vnd welcher keine ſpeiſe behalten kan / mag auff dieſe weiſe zugerichtet werden: Nemet etliche ſchnitt Rockenbrod / röſtet ſie gar braun auff kolen / reibet denn ſolche auff einem reibeiſen / biß jhr 3. oder 4. lot ſchwer zuſammen bringet / weichet ſolches wol in weineſſig / thut darzu ein wenig

Pflaſter von Rockenbrod.

Sawer-

Sawerteig / Maſtix / Weyrach vnd Krauſemüntzen / geſtoſſen / jedes ein quent. gerſtenmehl einen löffel voll / miſchet es wol vntereinander / ſtreichet es denn auff ein leinen tuch oder weiſſen barchent / vnd leget es von dem Hertzgrüblein an / fein warm auff den Magen / iſt gar ein nützlich pflaſter.

Die brodrinden / wenn ſie zu ſehr verbrandt / vnd geſſen werden / geben ſie ein böſe vnd vnrein geblüt / vnd ſtopffen den leib. Da ſie aber fein gelinde vnd braun / ſind ſie dienſtlich denen leuten / ſo einen feuchten Magen haben.

Das zweymal gebackene brod / ſo man Biſcoten nennet / vnd zu Nürnberg von Coriander / Aniß vnd Fenchelſamen fleiſſig zugerichtet wird / iſt ein köſtlich ding den Magen zuſchlieſſen / die dawung zu fördern / vnd den dünſten (das ſie nicht vberſich ins heupt ſteigen / vnd flüſſe erregen) zu wehren. Es kan aber das zweybacken brod auff nachfolgende weiſe zugerichtet werden: Zweybacken brod oder Biſcoten.

Nemet 24. lot deß aller ſchönſten mehls /
j. pfund deß ſchönſten Zuckers klein geſtoſſen / vnd durchgeſchlagen /

Solches ſol man mit dem weiß von einem Ey / vnd mit gnugſamen Roſenwaſſer wol zuſammen miſchen / vnd zimlich ſtarck zum teige arbeiten / dann darunter thun Fenchelſamen / Coriander in eſſig gebeitzt /

Anisſamen / jedes ein halb lot /
Muſcaten blümlein /
Zimmetrinde / jedes ein halb quent. gröblichen zerſchnitten / Dieſes alles wol zuſammen in den teig gearbeitet / dann den teig auff oblaten thun / vnd ſanfftiglich im ofen wie eine Semmel außbacken laſſen / dann

mit ei-

mit einem weiß ey beſtreichen / vnd ſchnittlein daraus machen.

Welch brod vngeſund.

Das brod aber / ſo nicht wol ausgebacken / auch ůbel geknett / geſewert / vnd ſonſt mit dem fewer nicht wol regulirt worden / das thut der natur mehr ſchaden / als etwan grob fleiſch / Daher das ſprichwort komen: Alle vberladung vnd vberfüllung iſt ſchedlich / Aber die mit dem brod am aller ſchedlichſten / Iſt zuuerſtehen von ſchweren vnd vnaußgebackenem brote.

Saltz.

Das kochſaltz wird von den ärtzten im andern grad hitzig / vnd im dritten trucken gradirt / Vnd ohne Saltz kan keine ſpeiſe jhren rechten ſchmack haben / nach dem ſprichwort / Saltz iſt die beſte würtz auff erden / das iſt / ſaltz gibt aller koſt einen guten geſchmack. Es erwecket auch dem Magen die luſt zur ſpeiſe / dienet für alle feulung / vnd verzehret die böſen feuchtigkeiten / aber die guten vnd natürlichen behelt es vnzerſtörlich / In ſumma / des ſaltzes tugent kan man nicht gnugſam erzelen / denn der Keyſer ſeiner ſo wenig entrahten kan / als der bawer / wie das ſprichwort lautet: Nützlichers kan nicht ſein / Weder ſaltz vnd der Sonnen ſchein.

Artzney für bienen vnnd weſpenſtich.

Beyleufftig aber ſol man diß mercken / da jemand von einer Weſpen / Biene oder Hürneſſel geſtochen würde / der zertreibe ſaltz mit rindern marck / vnd lege es vber / es hilfft.

Für das zipperle vnd verrenckte glieder.

Item / ſo einer ein gliedt verrenckt / oder das zipperle in füſſen bekommen hette / vnd ſonſten keine mittel erreichen könte / der neme ſaltz / honig vnd mehl gleich durcheinander geſtoſſen / vnd lege es warm vber / das thut gar wol.

Man ſol aber ſaltz nicht überflüſſig gebrauchen / denn wer ſolches thut / der verbrennet das geblüte / füget dem ge=

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

dem geſicht ſchaden zu / machet geſaltzene flüſſe / vnd bringet jhm ſelbſt eine böſe kretze zuwege.

Milch iſt feucht vnd kalter natur/ nahet ſich ſehr zu des menſchen Complexion / doch mehr zur kelt denn zur hitz geneigt / iſt die aller erſte ſpeiſe vnter menſchen vnd vierfüſſigen thieren / dauon die jungen kinder erquicket/ geſpeiſet/ ernehrt/ auffbracht vnd erhalten werden/ So iſt auch die milch allen alten verzehrten menſchen gar nützlichen / denn ſie bringet jhnen eine gute nahrung / mehret das geblüt vnd menſchlichen ſamen / verzehret die geſaltzene flüſſe/dauon ſie ſtets groſſen huſten haben/ wie Auicenna ſchreibt. Sie iſt auch gut vnnd bequem den Cholericis / das iſt / den zornigen / hitzigen / magern vnd braunen leuten / ſonderlich ſo ſie einen guten Magen haben. Den Phlegmaticis aber vnd fetten leuten / auch die einen vnreinen vnd vngeſunden magen/ deßgleichen ſtets heuptwehe vnd hitzige fieber habẽ/ oder mit dem Stein vnd fallenden ſucht beladen / die ſollen durchaus keine milch gebrauchen.

Milch.

Wem milch ſchedlich vnd dienſtlich.

Es iſt aber den krancken/ abnemenden vñ ſchwindſüchtigen leuten die milch gantz nützlichen / wenn man jhnen dieſelbe deß morgens nüchtern / ſo warm als ſie gemolcken wird / zutrincken gibt. Deßgleichen wem die mandeln im halſe geſchwollen / oder ſonſt hitzige geſchwür im munde hette / der ſol mit warmer milch gurgeln/ iſt ein ſehr heilſames mittel.

Artzney wieder die geſchwehr im halſe.

Es entſtehet eine frage/ was die jenigen / denen die milch nützlichen / vnd ſolche im Sommer gebrauchen/ darauff trincken ſollen/ dieweil ein ſprichwort iſt / Wer da wil lange leben/ der waſch die milch mit wein von der leber: Achten derhalben jhr viel/ das es gut ſey / auff die

Frage / was auff milch zu trincken ſey.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

milch wein trincken? Darauff wird nach raht der ärtzte dieſe antwort gegeben / das man durchaus auff die milch nicht trincken / noch ſich hart bewegen ſol / ſo thut ſie der leber am wenigſten ſchaden / ja man ſol auffs wenigſte ein zwo ſtunden darauff faſten / Dann wein auff milch getruncken / gibt vrſach / das ſolche im magen gerinne vnd zuſammen lauffe / daraus groſſer vnraht entſtehet / wie Alexander Benedictus Veronenſis anzeiget. Bin derwegen mit einem ſehr erfahrnen Doctor der artzney deutſches landes einig / der dieſer meinung iſt / das bier auff milch getruncken / geſünder ſey denn der wein / Es were dann / das allererſt nach verlauffenen zweyen ſtunden der wein auff die milch getruncken würde / möchte obgedachtes ſprichwort ſeine ſtat haben.

Obſt. Für Obſt ſollen ſich / ſouiel jmmer müglich / hüten die jenigen / welche müſſig gehen / vnd keine groſſe arbeit thun / auch die / ſo kalter / feuchter / Phlegmatiſcher natur ſeind / denn ſolches böſe wäſſerich geblüt vnd nahrung gibt / dauon vnheilſame kranckheiten / als die Colica, das fieber vnd dergleichen entſtehet / Aber den jungen / ſtarcken vnd Choleriſchen leutē kan ſolches ſo leicht nicht ſchaden / wo es zuuor wol erlegen / vnd eine ſtunde vor / vnd nicht nach der mahlzeit meſſig genoſſen wird / Man ſol aber darauff einen guten ſtarcken wein / vnd nicht bier trincken / ſonſten kan man bald das bauchreiſſen dauon bekommen.

Nüß. Von groſſen Nüſſen aber vnd Feigen / wird eine beſondere artzney für die gifft zugerichtet / welche faſt im beſchluß diß büchleins verzeichnet iſt.

Kleine Roſinlein. Die Meertreublein vnd kleine Roſinlein ſind beydes zur koſt vnd artzney geſund / haben eine mittelmeſſige werm /

ge werm / geben gute nahrung / bekommen wol dem magen / der leber vnnd den nieren. Alſo auch die groſſen Roſinen vnd Cibeben / nüchtern ohne kern geſſen / behalten ſie den leib offen / vnd mögen gar wol vnter die kochſpeiſe mit vermenget werden / denn weil ſie auffgetrucknet worden / haben ſie jhre vberleye feuchtigkeit verloren. Groſſe Roſin vnd Cibeben.

Es iſt auch hierbey zumercken / das man die eſſen / ſo da wol ſchmecken / vnd wol zuuertragen ſein / auch welche die natur mit luſt zu ſich nimpt / vnd darzu man einen guten appetit hat / am liebſten gebrauchen ſoll / doch meſſiger weiſe / ſonderlich wenn man geſund vnd wol auff iſt / denn ſolche der magen begierlichen begreifft vnd annimpt / auch leichtlich vnd bald verdawet. Die andern aber / dafür er einen eckel / vnd jhm entgegen / zum höchſten meidet. Welche ſpeiſe man am liebſten ſol gebrauchen.

Man ſol ſich aber mit ſpeis vnd tranck nicht vberladen oder vberfüllen / ſondern eine zimliche notturfft zu ſich nemen / damit der magen nicht beſchweret werde / ſonſten kan die natürliche werm von wegen der menge vnd vberfluß gedempfft / oder gantz vnd gar vntergedruckt werden / Denn es mit des menſchen magen gleich eine ſolche gelegenheit / wie mit einer lampen / wenn das dacht brennen ſol / muß man nicht zuuiel öhl darein gieſſen. So ſol man auch nicht gar zu wenig eſſen vnnd trincken / auff das nicht aus mangelung der nahrung die krefften geringert vnd zertheilet werden / Darumb auff beydes zu ſehen / damit man in eſſen vnd trincken nicht zu wenig thue / dauon der leib abnimpt / vnd die kreffte geſchwechet werden / Auch nicht zuuiel thue / dauon feulung vnd verſtopffung / auch hefftige kranckheit zuerfolgen pfleget Magen nicht mit vielerley ſpeis beladē.

Zeichen dabey man abnemen kan / ob der magē vberladen.

Der exceß / ob man in eſſen vnd trincken zuuiel gethan / wird vermerckt vnd erkandt / ſo man vmb den magen / vnd oben vmb den leib ein drucken oder kurtzen athem befindet / Item / wenn der appetit vnnd hunger verbleibet / der Puls / die außgeng vnd waſſer ſich verendern / Derwegen ſol man alſo eſſen / das man wieder einen hunger bekommen / Vnd alſo trincken / das wieder ein natürlicher durſt erfolgen möge. Darumb auch Hippocrates recht geſagt / das die geſundheit ſtehe allermeiſt in dieſem ſtück / das man vberfüllung vnd vberladung meide / damit man zur arbeit deſto luſtiger ſein könne. So gibt auch die erfahrung / das diß ſprichwort nicht vergeblichen geſagt werde / das mehr leute durch vberley freſſen vnd ſauffen vmbkommen / denn durchs ſchwerdt. Vnd Galenus ſagt / das die kinder dieſer welt / ſind nur freß vnd ſauffkinder / Ja das eines jeden gurgel die mutter ſey / dauon alle kranckheiten faſt entſtehen / vnd dadurch das leben verkürtzt wirdt. Derwegen ſol man in eſſen vnnd trincken allwege diß in guter acht haben / das der hunger für der ſpeiſe / vnd der durſt für dem trincken hergehe / jedoch natürlicher weiſe / denn vnnatürliche vnd vnzeitige begierde / beydes zum eſſen vnd trincken / nicht dienſtlichen / wie denn auch der eckel vnd wiederwillen zu ſpeis vnd tranck keines weges zuloben / Denn gleich wie man mehr ſpeiſe nicht gebrauchen ſol / als die natur erfordert vnd vertragen kan / alſo iſt offt geringe abſpeiſung ſchedlicher / dann ſo man reichlicher mahlzeit gehalten hat / aus vrſach / wenn man gleich mit der ſpeiſe ein vberlaß gethan / kan ſolches durch die abſtinentz oder auffſchiebung der mahlzeit verzehrt / vnd ohne verletzung hinweg gebracht werden.

Vberladung mit ſpeis durch abſtinentz wieder hinweg zubringen.

Schlies-

Schließlichen / ſo iſt zumercken / das die temperantia vnd meſſigkeit / zu lohn gibt ſtercke vnd geſundtheit / Dargegen aber die vberfüllung / welche der natur ſehr zuwieder / kranckheit vnd allerley gebrechligkeit verurſacht vnd zu wege bringet. Meſſigkeit was es nützet.

Es iſt auch auff diß ſtück groß achtung zu geben / ob dem menſchen von natur eine ſpeiſe entgegen ſey oder nicht / Denn es ſich viel mal zutregt / das zwiſchen einem menſchen vnd einer nahrung eine ſonderliche angeborne vnd heimliche eigenſchafft iſt / das jhm ſolche gar zuwieder vnd entgegen / vnd da ſie jhm beybracht würde / gleich ſo viel ſchaden daraus entſtünde / als wenn man jhm mit gifft vergebe / wie ſolches die tegliche erfahrung bezeuget / das etliche leute keinen Keß riechen / viel weniger eſſen können / vnd wo jhnen ſolcher aus ſchalckheit beygebracht wird / brechen ſie ſich hefftig / vnd fallen in ohnmacht. Alſo leſen wir / das der Conciliator Apponenſis, ſo ein fürtrefflicher artzt geweſen / von natur für der milch ein ſolchen abſchew gehabt / das er auch ſolche ohne grawen vnd wiederwillen nicht ſehen können / das andere dieſelbe geſſen haben. So hab ich auch von einem gelerten Man von Antorff gehört / das eine perſon in Antorff / welche / ſo bald ſie ein gebraten Spanfercklein in einer gaſterey anſichtig wirdt / in eine ohnmacht ſincket / vnd gar darnieder felt / welchs geſchicht / wie die gelerten ſagen / à proprietate indiuidua, cuius rei ratio reddi nō poteſt. Ich hab auch an gräfflichen tafeln geſehen / erſtlich / das eine Greuin von einem gebratenen küheyter geſſen / dauon J. G. als bald die öber vnnd vnder lefftzen ſehr auffgelauffen vnd geſchwollen / Vnd nachdem J. G. vermarckt / das ich

Fleiſſig in acht zuhabē / ob eim eine ſpeiſe von natur entgegen oder nicht.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

darauff acht gegeben/ haben J. G. mir vermeldet/ das ſie ſolche ſpeiſe wol gebrauchen köndten/ aber dabey wiederführ J. G. allwege ſolch aufflauffen der lefftzen/ wüſte aber nicht/ wie es zugieng/ vnd warumb es geſchehe. Zum andern/ hab ich allhier zu Arnſtadt auch vber der tafel geſehen/ das ein löblicher Graff kein baumöhl hat vertragen können/ ſondern ſo baldt etwas darmit zugericht vnd auffgetragen worden/ oder daſſelbe ſonſt im gemach geweſen/ hat man es eilends wieder hinweg ſchaffen müſſen/ ſonſten weren J.G. in gefehrliche ohnmachten gerahten.

Marcellus Donatus, ein fürtrefflicher artzt zu Mantua, ſchreibet/ das er eines fürnemen Grauen knaben gekandt habe/ als bald derſelbe eyer geſſen/ ſind jhm die lefftzen auffgelauffen/ das angeſicht voller brauner vnd ſchwartzer flecke worden/ der mund aber mit ſchaum vmbgeben/ als ob er gifft bekommen hette. Deßgleichen gedenckt auch dieſer autor, das er eine fürnehme vnd ſtatliche matron gekandt/ alß bald dieſelbe ein friſch Ey eingetruncken/ iſt ſie dermaſſen dauon ſo durchleibig worden/ als ob ſie eine ſtarcke purgation eingenommen. So gedencket auch Bartholomæus Marantha, ein gelerter artzt/ das er eine Edle fraw gekandt/ wenn derſelben die liebliche Manna oder himmelthaw (ſo vnter allen artzneyen die gelindeſte iſt) beybracht worden ſey/ hat ſie ein ſolchen eckel/ hefftiges reiſſen vnd brüllen im leibe/ hinfallen aller krefften/ kalten ſchweis/ ohnmacht vnd dergleichen ſchreckliche zufell bekommen/ das man ſie offt für tod gehalten/ ratio eſt, quod medica-
„ mentum iſtud, proprietate quadam occulta, homi-
„ nis naturæ aduerſetur, aut propter corporis parti-
„ cularem

cularem (quam Galenus 3. & 7. methodi ἰδιοσυγκρισίαν vocat) & cognitu difficilem eſſe tradit. Darumb wenn man ſolche eigenſchafft gegen dem̃ eſſen vermercket / ſol man ſolche der perſon nicht fürtragen / viel weniger ſie darzu nötigen / oder jhnen etwas daruon heimlich beybringen. Alſo iſt ſich auch mit den gelinden artzneyen / welche dem menſchen zuwieder / wol fürzuſehen. Deßgleichen erfehrt man / das etliche von natur ſo groſſe luſt vnd verlangen zu einem eſſen tragen / das ſie ſich deſſelben auch nicht vberdrüſſig eſſen können / vnd propter iſtam proprietatem innatam bekömpt es jhnen gar wol / wie ſie denn auch alle andere eſſen / wie köſtlich dieſelben jmmer zugerichtet ſein möchten / gar nicht achten / wenn ſie nur das haben vnd bekommen können / darnach ſie ein verlangen / vnd wenn ſolches nicht bald geſchicht / offt deßhalben kranck werden dürffen.

Es iſt ſonder zweiffel vielen leuten ein hochgelerter Mann N. N. weiland Syndicus zu Halla / ſeligen / bekandt geweſen / welcher von natur ſolche beliebung zum Schöpſſenfleiſch getragen / das er auch / wenn er iſt zu gaſt geladen worden / gemeiniglich gefraget / ob man auch ſchöpſſen fleiſch geben würde / vnd hat alſo offt allerley wilpret vnd andere köſtliche eſſen ſtehen laſſen / vnd mit luſt allein vom ſchöpſſen fleiſch geſſen. Darumb auch ein jeder auff ſolche vnnd dergleichen eigenſchafft im eſſen gut achtung haben ſol / denn daran zu erhaltung der geſundheit nicht wenig gelegen.

Wie nun in allen dingen gute ordnung nützlichen / alſo ſol man gleicher geſtalt in eſſen vnd trincken rechte ordnung anſtellen vnd halten / damit nicht das jenige zum erſten auffgetragen werde / ſo ſich zum letzten gebüret.

Gute ordnũg in eſſen vnnd trincken gar wol in acht zuhaben.

bůret. Darumb ſollen die ſpeiſen / ſo leicht zuuerdawen/ feucht vnd důnne (als da ſind Suppen / weich geſottene Eyer/ Arbeis/ Zwetſchken/ Blawkohl/Spinet/vnd was dergleichen mehr linde vnd ſchlipfferige eſſen ſein/ oder dauon der leib linde gehalten wird) dem fleiſch vnd anderer groben koſt vorgehen / Deßgleichen auch die warme koſt der kalten/ nach den gemeinen reimen :

Welche ſpeiſen vorgehen ſollen.

Derhalben iſt zu mercken wol/
Das man das warme eſſen ſol/
Ehe man greifft zu der kalten ſpeiß/
Gelinde koſt geleicher weiß
Der harten ſol zuuorher gehn/
Denn alſo gſundheit kan beſtehn.

Denn wo es anders geſchicht/vnd die harte koſt der weichen vorgezogen wird / ſo kan fůr der harten die weiche nicht vnterſich kommen / verdirbt alſo in dem magen/ dieweil es keinen außgang hat / vnd macht das andere auch verderben. Alſo iſt zu hofe ein ſehr bőſer gebrauch eingeriſſen (dauon beydes herr vnd knecht in ſchwachheit gerahten) welches dieſer iſt / das man die fiſch vnd krebs entweder in der mitten / oder gar zuletzt aufftregt/ welches wieder die natur vnd rechte ordnung zu ſpeiſen leufft / Denn wofern keine ſuppe verhanden / ſol man als bald anfenglich die fiſche geben / oder die ſuppe vnd fiſche zugleich aufſetzen / alsdenn die fleiſch ſpeiſe / vnd keine fiſche mehr. So iſt auch zu mercken / das man die hůner vnd vogel / kalbfleiſch vnd ſchőpſſen fleiſch / fůr dem rindfleiſch / hirſchen wilpret vnd dergleichen aufftragen ſoll. Vnd ſouiel von der ordnung.

Fiſch vnnd krebs in der mitte oder zu letzt geſpeiſt/ ſehr ſchedlich.

Es wird dieſe frag fůrbracht / wie offt man deß tages eſſen ſol? Darauff antworten die hochberůhmten zwene

Wie offt man des tages eſſen ſol.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

zwene ärtzte / Hippocrates vnd Galenus, vnd ſagen/ das es des tages zwey mal geſchehen ſol / Welches auch numehr bey mehren Nationen der welt in die übung gebracht / vnd in die gewonheit kommen / welches auch ohne wichtige vrſach nicht ſol verendert werden / Jedoch was kinder vnd wachſende perſonen ſind / auch die ſo groſſe arbeit verrichten/ die müſſen deß tages mehr als zweymal eſſen/ Item den Cholericis vnd ſehr alten leuten muß man des tages offt/vnd ein wenig auff ein mal/ zu eſſen geben. Die jenigen aber / ſo ſtudiren / mit rahtſchlegen vmbgehen/ in der audientz ſitzen/ſtets vber land reiſen / oder ſonſt viel geſchefſte vnd priuat ſachen verrichten müſſen / auch offtmals der jagten halben keine gewiſſe ſtunden zur mahlzeit anſtellen noch halten können/ ſondern bißweilen die mittags/ bißweilen die abend mahlzeit verſchieben müſſen / ſollen ſich ſo hart an der ärtzte gebot nicht verbinden laſſen/ ſondern in dieſem fall jhr ampt vnd gelegenheit fürziehen / vnd alſo dem gebrauch / ſo von dem trefflichen artzt Galeno gehalten worden / auch noch in etlichen landen von groſſen herren geſchicht/ folgen/das man früe ein wenig zu ſich neme / vnd auff den abend / wenn die ſachen verrichtet/ nottürfftiglichen eſſe vnd trincke / vnd ſich alſo wiederumb reficire.

Die bequemeſte zeit aber zu eſſen iſt/ wenn die vorige koſt verdawet/ vnd aus dem magen getretten iſt/welches denn der natürliche hunger vnd appetit gnugſam zuuerſtehen gibt / ſonſten ſol man die abendtmahlzeit nicht eher anſtellen. Man ſol auch nicht lange tiſchen/ noch viel ſtunden mit der koſt zubringen / ſondern zu einer rechten mahlzeit ſol man nur eine ſtunde haben / auch

Eine ſtunde mahlzeit zu halten.

auch die gerichte ordentlicher weiſe (wie meldung geſchehen) ſchleunig aufftragen laſſen / damit man die koſt/ darzu der magen eine ſonderliche luſt tregt / daraus nemen / vnd dauon eſſen könne.

Spsiſe ſol man erſt wol ſchneiden vnd kawen / ehe man ſie hinein ſchlingt.

Man ſol auch dieſes in guter acht haben / das man die ſpeiſe nicht gantz hinein ſchlucke/ ſondern dieſelbe zuuor klein ſchneiden / wol kewen / vnd hinein ſchlingen/ wie denn ſolches der dawung deß magens ſehr behülfflich iſt / Deßhalben auch die natur dem menſchen die breiten zeene gegeben / das die ſpeiſe damit wol ſol gemahlen werden / aus welchen vrſachen Auicenna nicht vergeblich ſagt / So einer ſein leben haſſet / ſo kawe er nicht wol das eſſen.

Da man nun mahlzeit gehalten / ſol man als dann fein ſanfftiglich hin vñ wieder ſpaciren gehen/ ſich nachmals niederſetzen/vnd ein wenig ruhen/nach lehr der alten/ die da ſagen:

Wenn du haſt geſſen/ ſolſtu ſtehn/
Oder ein tauſent ſchritt fortgehn.

Welche die abendmalzeit vnterlaſſen ſollen.

Dieweil auch winters zeit die nächte lang ſein / ſol man die abend mahlzeit reichlicher als die mittags mahlzeit halten / ſonderlich bey jungen rechtſchaffenen geſunden leuten/Welche aber flüſſig/Catharriſch vñ ſchnupffich/ oder ſonſten mit kranckheit belagen / vnd nächtlicher weile damit geplagt werden / die ſollen auff den abendt wenig eſſen/ oder zuweilen wol gar vnterlaſſen / vnd zur mittags mahlzeit jhre refection vnd nahrung deſto fülliger nemen.

Zwiſchen der mahlzeit gar nicht / vnter

Druckene ſpeiſe ſol mit tranck vnd weicher narung gleicher geſtalt verglichen werden. Vnter der mahlzeit ſol man offt/ vnd wenig trincken/ zwiſchen der malzeit

zeit aber gar nichts / denn ſonſten die dawung des Ma=
gens dadurch verhindert wird / Jedoch ſo gehet ſolche
regel (wie newlich auch gemeldet) die jungen kinder /
wachſende perſonen vnd Cholericos nicht an.

der mahlzeit aber offt / vñ wenig zutrincken.

Man ſol auch von einer mahlzeit biß zur andern /
allweg ſechs ſtunden faſten / auff das alſo die fürnembſte
dawung deß Magens möge verrichtet werden.

Wie lang man von einer mahlzeit zur andern faſten ſol.

Im Winter ſol man warme koſt gebrauchen / wel=
che mit lieblicher gewürtz zugerichtet / doch gleichwol
nicht zu heis hinein ſchlingen / denn ſolches dem ſchlund
des magens ſchedlichen. Sommers zeit aber wird kal=
te ſpeiſe nachgelaſſen / jedoch das ſie auch nicht gar zu
kalt ſey.

Winters zeit warme ſpeiſe zugebrauchē / im Sommer aber kalte.

Wenn man nun mit eſſen vnd trincken beſchloſſen /
ſol man etwas nemen / ſo den magen ſchleuſt / als gebra=
tene pirn / quitten / vberzogenen Coriander / Piſcoten
vnd dergleichen / Derhalben auch der keſe allwege zu letzt
auffgeſetzt wirdt / wiewol er grober ſubſtantz vnd hart=
dawlichen / ſo ſchleuſt er doch den Magen / damit die koſt
zum grunde kommen kan. Es iſt ein gemeine ſage /
das der keſe / ſo nahe an der milch / am beſten ſein ſoll /
Welches denn wahr iſt / ſintemal alter keſe / ſo faul vnd
zengerig / ſchwer zuuerdawen iſt / Aber ein newer vnnd
friſcher keſe / welcher ein wenig / oder gar nicht geſaltzen
iſt / gibt gute nahrung / bekompt dem magen faſt wol /
vnd iſt leichtlich zuuerdawen / Doch ſol man auff ein
mal des keſes nicht zuuiel eſſen / ſondern dem altē ſprich=
wort folgen / das alſo lautet : Nicht ſo viel keſe als brod.

Was zuletzt nach der malzeit zugebrauchen / ſo den magē ſchleuſſet.

Warumb keſe zuletzt aufgeſetzt werde.

Newer keß.

Die leute / welche ſich von jugendt auff an den keſe
gewehnet haben / vnd denſelben ohne das gerne eſſen /
denen ſchadet er am wenigſten / Aber jungen / geſunden /

Wem der keß am wenigſten ſchade.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſtarcken vnd arbeitſamen leuten iſt er am aller nützlich-ſten / wie das ſprichwort lautet:

Keß vnd brodt
Hilfft wol in hungers noth.

Galenus ſpricht / das dieſer keß am beſten ſey / welcher mittelmeſſig iſt vnter den newen vnd alten. Berühmte gute keſe / ſo jetziger zeit in deutſchlandt am gebreuch-lichſten / ſind die Parmeſan keſe / welche das erſte lob haben / nachmals die Hollendiſchen / Engelendiſchen vnd Creutzkeſe / auch die / ſo aus der Graffſchafft Oldenburg kommen / ſind fürwar ſolche köſtliche keſe / das ſie jhrer güte halben den Hollendiſchen wol gleich gehen / vnd offt beſſer ſind. Ich habe einen Oldenburgiſchen köſtlichen keß geſehen / von einer vnmeßlichen gröſſe / darzu ſind kommen 9. thonnen milch. Deßgleichen werden auch gelobet / die im Stifft Hildesheim gemacht werden / auch die Düringiſchen ſchaffkeſe / welche einen guten geruch vnd ſchmack haben / mögen zum beſchluß der mahlzeit gebraucht werden. Man ſol aber einen reinen guten keſe aus nachfolgenden reimen erkennen.

Berühmbte keſe / ſo in deutſchlandt.

Wobey ein guter keß zu erkennen.

Alle keß mit vielen augen /
Gſaltzen / vnd mit haar ſich lan ſchawen /
Auch die zu alt / am ſchnitt zu hart /
Vnd ſonſt faul riechen auff der gart /
Solche keß ſind krancken leuten
Vngeſundt / man ſol ſie meiden.

Frage / was man auff keſe trincke ſol.

Es entſtehet allhier abermals eine frag / ob man auff keſe wein oder bier trincken ſoll? Darauff iſt die antwort / dieweil der keß alleine zum beſchluß der mahlzeit ſol gebraucht werden / das man darauff keines weges trincken ſoll / denn wo ſolches geſchicht / durchdringet er /

get er/ vnd wird in die Leber vnd Nieren gefürt / der Leber bringt er verſtopffung / verurſacht den Nierenſtein/ auch heuptwehtagen vnd andere kranckheiten/ Darumb am ſicherſten / man trincke weder wein noch bier darauff. Ob auch wol von den Medicis ſolches beyderſeits diſputiret/ vñ ein jeder ſeine meinung nottürfftiglich beweiſen vnd vertreten kan/ ſo ſchlieſſen jhr viel/ vnd ſehen für gut an / da man je auff keſe trincken wolte / das man darauff ein trüncklein gutes ſtarcken weins thun ſol/auff das er ſich dauon im magen zertheile / Aber ſonſten viel dünnen vnd ſubtilen wein darauff zutrincken/wolte ſehr ſchedlichen ſein. Die jenigen ſo bier darauff trincken/ haben dieſe einrede/ das es geſchehe/ damit der keſe nicht durchdringe zur Leber vnd Nieren / vnd den ſtein / wie zuuor gemeldet / verurſache. Aber weil beyde meinungen können verteidiget werden / ſchlieſſe ich / das man auff die gewonheit ſehe/ vnd wer darauff bier zu trincken gewohnet/ mag dabey bleiben. Wer aber guten ſtarcken wein darauff zu trincken gewohnet / dem kan ſolches/ (wie gemeldt) ohne ſchaden nachgelaſſen werden.

Von Butter.

Die Butter iſt das beſte vnd feiſteſte von der milch/ vnd iſt von natur vnd art gleich dem baumöl/ erweichet vnd ſeubert wol/ machet den harten bauch linde. Auenzoar ſchreibet / das zur zeit der Peſtilentz die butter vberaus ein köſtlich ding ſey / denn ſolche die böſe vergiffte feuchtigkeit/ dauon die Peſt entſtehet/ wegtreibet. Vnd nach dem die Wahlen oder Italianer in dem baumöhl / ehe es in vnſere lande gebracht wirdt / zuuor Butter.

Baumöhl.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wol baden/dieweil es für den lendenſtein/mutterſchmer=
tzen vnd bauchgrimmen ein vberaus köſtliche artzney
iſt / So ſolten wir Deutſchen billich für das baumöhl
gute friſche butter gebrauchen / vnd ſolches den Italia=
nern vnd andern völckern laſſen / Es ſey denn/das man
ſolches rein / vnuerfelſcht vnd vngenützt haben kan / ſo
mögens die jenigen gebrauchen / ſo darzu beliebung tra=
gen/ vnd jhnen ſolches nicht entgegen. Ariſtoteles ſa=
get / man ſol die küche oder haußhaltung mit ſaltz vnnd
öhl beſtellen / dafür wir butter verſtehen wollen.

Es iſt ein gemein ſprichwort / Butter vor / butter
nach / welches denn die Sachſen wol wargenommen/
eſſen butter vor vnd nach der mahlzeit / das man doch
der gewonheit deß orts zuſchreiben muß. Wo ſie aber
meſſig gebraucht wird / iſt es in warheit ein nützlich vnd
geſund ding/vnd ſo ſie vor der mahlzeit gebraucht wird/
macht ſie den leib fein linde / vnd lüfftet vmb die bruſt/
Darumb die jenigen / ſo ſtets huſten / ſollen offt butter
eſſen / ſintemal ſolche das geköder in der bruſt aufflöſet/
vnd zum auswerffen bringet / bekümpt wol der lungen=
ſucht vnd ſeitenwehe. Alſo thut auch die butter gar wol
den jungen kindern / ſo anfahen zu zahnen / denen ſol
man friſche butter mit honig vermiſcht / auff die ballen
vnd das zaanfleiſch ſtreichen / vnd wol einreiben / das
fördert die zeene/vnd wehret dem ſchmertzen. Aber nach
der mahlzeit butter geſſen/ iſt nicht dienſtlichen/ ſonder=
lich wenn man ſolche vberflüſſig gebraucht / denn dar=
durch wird das ſchlieſſen deß magens verhindert / vnd
bringet ſonſten vnraht / So iſt auch butter ſchedlich de=
nen / ſo feuchter natur vnnd Complexion / auch einen
ſchwachen magen haben / denn daruon wird der magen
mehr

Butter nach der mahlzeit vberflüſſig gebraucht / ſchedlichen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

mehr verderbet / Welche aber einen hitzigen magen / in denſelben wird die butter in cholera oder gall verwandelt.

Das VIII. Capittel.

Vom trincken.

WIr wollen nun vom trincken auch etwas reden/ vnd erſtlich anzeigen / warumb man trincke? Darauff iſt die antwort / das an dem trincken ſo wol gelegen als an der ſpeiſe / vnd dem geſunden magen von nöten / aus vrſachen/ daß das jenige/ ſo feuchter ſubſtantz / von der natürlichen hitz in vnſern cörpern verzehret wird / Damit nun der leib wiederumb angefeuchtet / vnd das jenige ſo verzehret worden / auch erſetzt werde/ ſo wil zu trincken von nöten ſein.

Zum andern / damit auch die grobe oder truckene ſpeiſe bequemlichen in leib vnd weitgelegenen örter / als die adern geführet werde / ſo iſt es in gemeinen gebrauch kommen / daß das eſſen mit dem getrenck wol vermenget wird / vnd alſo die dawung deſto leichter geſchehen möge.

Hierbey iſt auch zugedencken / das man erſtlichen auff koſt/ ſo feuchter natur/ als ſuppen vnd hüner brüe/ nicht plötzlich trincken ſol. Zum andern/ auff harte bewegung oder erhitzung. Zum dritten / auffs bad. Zum vierden/ auff eheliche werck.

Auff ſuppen vnd feuchte koſt nit baldt zu trincken.

Wenn man nun alle andere ſachen / die geſundheit deß menſchen zu erhalten/ betrachtet/ befindet man/ das vnter allen der wein / wenn er rein vnd rechtſchaffen iſt/ auch

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

auch meſſig vnd zu ſeiner zeit gebraucht wird / zu erhaltung der geſundheit vmb vieler vrſachen willen am aller nützlichſten / Darumb Dioſcorides nicht vnbillich geſagt / es ſey ein guter raht / das man gebiete / keinen durſt zu leiden / vnd das man die ſpeiſe mit wein befeuchte. Dieſem raht wollen wir deutſchen auch gerne folgen / doch nach notturfft / den durſt zu leſchen / vnd die natürliche krefften zu erquicken / vnd die werm zu erhalten.

Wein meſſig getruncken / vberaus bequem.

Es hat aber guter wein / meſſig getruncken / dieſe art / das er erquicket die krefften / die natürliche werm ſtercket / die feuchtigkeiten temperiret / den ſchweis vnd harm befördert / nehret auch zugleich mit den leib / vnd bringet gut geblüt / theilt ſich baldt in die glieder / bekümpt dem magen wol / fördert die luſt zur ſpeiſe / erfrewet das hertz / machet die trawrigen frölich / die ſtillſchweigenden redend / In ſumma / Wein iſt halbes leben / wo er meſſig gebraucht wirdt.

Schaden ſo da kompt von vberladung des weins.

Dargegen / wo er vberflüſſig getruncken wirdt / ſchwechet er die vernunfft / vnd nimpt dem gantzen leibe ſeine bewegung / vnd den verſtandt / macht vergeſſenheit / bringet verwirrung der vernunfft / vnd iſt kein ding / das dem gehirn vnd Sehnadern mehr ſchaden thut / als der wein / ſo man ſich teglich darinnen vbertrincket / dauon auch herkompt das zittern der hende vñ füſſe / der ſchlag / lehmunge / erſtickende flüſſe / vnd der jehende todt / auch ein röt / finniges vnd übel geſtalt angeſicht / denn die natürlichen krefften werden allerding vntergedruckt / wie ein brennendes dacht in einer vollen lampen / mit öhl vberſchütt / verleſchen muß.

Es ſol aber ein guter wein / bey einem guten geruch / guter farben / gutem glantz vnd ſchmack erkandt werden /

oder /

oder/wie etliche wollen/ ſol ein guter wein mit den fünff ſinnen probiret werden/ das er ſey COSTA wein/ das iſt alſo zuuerſtehen: Wie man guten Wein erkennen ſol.

Colore			farben oder geſicht.
Odore			geruch.
Sapore	das iſt an		geſchmack.
Tactu			greiffen/ das er nicht ſchwer ſey.
Auditu			gehör / das er im einſchencken fein rauſche.

Sonſten werden gute wein bey dieſen eigenſchafften beſchrieben/ Fortia, formoſa, fragrantia, frigida, friſca, das iſt/ Ein guter wein ſol ſtarck ſein / ſchöne farbe haben/ wol riechen/ liebliches ſchmacks ſein/ nicht ſchwer/ vnd wenn man jhn einſchencket/ fein friſch daher rauſche. Etliche faſſen es kürtzer/ vnd ſagen / das die proba eines guten weins ſtehe in dem wort Cos, vnd nennen einen guten wein Vinum Cos, von wegen der farbe / guten geruchs vnd ſchmacks. Vinū Cos.

Sehr alte wein / als vier / fünff vnd ſieben järige/ ſind hitzig biß auff den dritten grad/ verbrennen das geblüt ſehr / vnd thun dem gehirn hefftig ſchaden / alſo / das man zum öfftern erfahren / wer ſich damit vberladen / das er plötzlich geſtorben / oder vom ſchlage gerürt worden ſey. Jedoch pflegt man zu ſagen / das guter wein allwege hitzig ſey. Alte Wein ſind hitzig.

Der wein aber/ ſo nicht zu alt noch zu new/ als ein oder zweyjäriger/ lauter vnd rein/an der farbe weis oder gelblicht / eines lieblichen geruchs / vnd guten geſchmackes/ nicht wäſſerich noch ſewerlich / nicht gar zu ſüſſe/ vnd in der ſtercke vnd ſchwer mittelmeſſig / das ſind die beſten weine. Mittelmeſſige weine die beſten.

Landwein. Nach dieſem folgen vnſere weiſſe / einfache / geringe vnd friſche landwein / ſo bey den alten vina ſurrentina genant worden / vnd wenn dieſelben im Herbſt wol reiff / vnd für dem froſt oder regenwetter eingeleſen werden / ſind ſie gar gute tiſchwein / bringen dem heupt keinen ſchaden / vnd beſchweren die nicht / ſo ein ſchwach gehirn vnd hitzige leber haben / vnd ſich für dem zipperle befürchten / leſchen den durſt / treiben das wſſer vnd die winde / ſchlahen aber bald vmb / wo man ſie nicht recht wartet.

Newe ſüſſe wein oder moſt. Rote wein. Experiment von rotem wein für das freiſchel. Gar newe vnd ſüſſe wein dienen zur geſundheit nicht / wie denn auch die roten wein / ſonderlich die in vnſern landen wachſen / Jedoch kan man von vnſerm roten wein ein gewiß Experiment für das rotlauff oder freiſchel zurichten / nemlich alſo : Man nimpt roten wein / gute milch oder milchraum / wol durcheinander gemiſcht / vnd warm vbergeſchlagen / ſol das rotlauff außziehen

Moſt jederman ſchedlichen. Es iſt auch zuwiſſen / das die newen weine / von den hefen abgezogen / viel beſſer vnd dienſtlicher ſeind / als der moſt / denn ſolche im erſten grad hitzig geſchatzt werden / Der moſt aber iſt durchaus allen menſchen vngeſundt / macht blehung / bauchgrimmen vnd böſe feuchtigkeiten im leibe / verſtopfft den harmgang / bringet den nierenſtein / vnd wird vbel verdawet / hat aber dieſe einige tugent an ſich / das er den leib eröffnet / vnd ſtuelfertig macht.

Kreuter weine. Vber das werden auch von herrlichen kreutern im Herbſt krefftige / gute geſunde wein zugerichtet / vnter welchen diß die fürnembſten ſind / vnd zu allerhand notwendigen beſchwerung zugebrauchen / als Roſmarien

wein / Salbey wein / Meliſſen wein / Hyſſop wein / Braunfeldt bethonien wein/ Hirſchzungen wein/ Spicanten wein/ Römiſch wermut wein / Cardobenedicten wein/ Krauſemüntzen wein/ Erdbeer kraut wein/ kirſchwein / etc. denn eins theils dieſer wein dem heupt / der bruſt vnd hertzen / eins theils aber dem magen / der leber / den nieren vnd der miltz wolthun.

Alandwein.

Deßgleichen wird auch im Herbſt aus der Alandtwurtzel vnd vom Moſt ein köſtlicher wein zugerichtet/ welcher der bruſt vnd lungen wol thut / dienet denen/ ſo einen ſchweren vnd kurtzen athem haben/ hilfft auch ſehr der dawung/ vnd behelt den leib linde offen.

Senet wein.

Nach dem auch der Senetwein von vielen gelobet wirdt / vnd die tegliche erfahrung bezeuget / das ſolcher zu vielen dingen dienſtlichen/ vnd fürnemlich denen leuten bequem/ ſo verſtopfft ſein/ vnd nicht wol artzney gebrauchen können / als wil ich denſelben / menniglichen zu nutz/ auch leren zurichten/ allerding / wie des Caroli quinti Apotecker/ Corbus genandt/ Keyſerlicher Mayeſt. ſolchen hat pflegen zubereiten/ Vnd hat dieſer Apotecker auff ein Ohme gutes außerleſenen moſtes/ der beſten Senetbletterlein/ ohne ſtiel/ ſechs pfund genomen/ vnd einen wein daraus zugerichtet. Weil aber bey den Senet gar keine correctiua, wolte ich rahten/ man thet darzu j. quart außgebiſſene Zimmetrinde/ gröblichen zerſtoſſen/ zwo hand voll Italianiſche Camomillen knöſplein / vnd drey oder vier pfund groſſe Cibeben oder Roſin / thet dann ſolches zuſammen in ein hären ſecklein/ von beutel tuch gemacht / vnd leget es nachmals in das feßlein/ das der moſt darüber verjehre / Dieſer Senetwein bleibet lang krefftig / iſt in der erſt zimlichen ſtarck/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wird aber von monat zu monat/ wenn man dauon trincket / gelinder.

Ein ander Senetwein Johannis Wittichij Medici.

Nemet friſche vnd reingeleſene Senetbletter/one ſtiel anderthalb pfund / oder gleich ij. pfund.
Engelſüß iiij. lot.
Wilden ſaffran ſamen gröblich zerſtoſſen ij. lot.
Aniſſamen/
Fenchelſamen /
Zubereitten Coriander/ jedes iij. lot.
Citronen ſchalen j. lot.
Rein geſchabet vnd klein geſchnitten ſüß holtz/
Alandt wurtzel /
Benedicten wurtzel/ jedes ij. lot.
Peterſilien wurtzel /
Peſtilentz wurtzel/ jeder j. lot.
Borragen blumen /
Ochſen zungen blumen/
Rote roſen/
Salbey blumen / jedes ein halbe hand voll.
Feldt bethonien kraut/
Roſmarien/
Cardobenedicten /
Scordien oder Waſſer knoblauch / jedes ein halbe hand voll.
Erdrauch kraut/
Scabioſen kraut / jedes j. hand voll.
Kleine Roſinlein rein gewaſchen j. pfund.

Die

Die wurtzeln ſol man gröblich zerſchneiden vnnd zerquetſchen / die kreuter aber mit einer ſcheeren gröblich zerſchneiden/ vnd dann mit den blumen vnd andern zuſammen in ein hären ſecklein vernehen / in ein feßlein thun / darein ein guter halber eymer gehet / darauff als dann den moſt gieſſen / vnd alſo vier wochen ligen laſſen/ dauon kan man wöchentlich ein mal / zwo ſtunden vor der mittags mahlzeit / einen ſtarcken trunck thun.

Dieſer wein iſt vberaus gut / das geblüt zu reinigen/ die verbrandten Melancholiſchen feuchtigkeiten zu præpariren / vnd die ſchwartze oder gelbe gall außzuführen / auch zugleich die principal glieder mit zu ſtercken/ vnd heimliche/ verborgene/ ſchadhafftige vrſachen auffzuhalten / machet auff ein mal vber drey oder vier ſtulgenge nicht / vnd iſt gut / wenn man ſolchen eingenommen/ das man ſich denſelben tag darauff jnnen halte.

Vber das wird auch für alte / ſchwache vnd kalte perſonen / welchen die natürliche feucht vnd werme entgehet/ ein ſafft von Zucker vnd Wein zugerichtet/ dann ſolcher nehret wol / vnd gibt gut geblüt / er krefftiget die fürnembſten glieder/ vnd wird alſo gemacht: *Syrup von Zucker vnnd Wein für alte perſonen ſehr dienſtlichen.*

Nemet guten wolrichenden weiſſen wein iiij. nöſſel/ deß beſten weiſſen zuckers j. pfund/ kochet ſolches zuſammen bey gelindem fewer/ ſo lang/ biß es zu einem gelinden ſafft wirdt/ nachmals verwahrt denſelben wol/ vnd trinckt ſolchen mit zwey theil geſottenen waſſers vermiſchet. Dieſen zuckerwein oder wein ſyrup beſchreibt Rabi Moyſes, von der diet vnd regiment der alten / vnd denen ſo wiederumb von kranckheit aufferſtanden ſeind.

Es wird auch in den mitternächtiſchen lendern ſehr gebraucht vnd gelobet der Lautertranck / welches iſt ein *Lautertranck oder Hippocras.*

gewürtzter Wein / von zucker / gewürtz vnd wein zugerichtet / winters zeit ein ſehr nützlicher tranck in dieſen landen/ vñ mag auff nachfolgende weiſe bereitet werdē:

Nemet außgebiſſene Zimmetrinde /
Neglein /
Muſcaten blüt /
Cardamömlein/ jedes j. quent.
Weiſſen Jngwer iij. quent.
Coriander j. quent.
Muſcaten nuß ein halb quent.
Gantzen Saffran ein halb drittheil eins quentl.

Guten Reiniſchen / oder ſonſt guten alten landwein ein nöſſel/laſt ſolchen wol warm werden/vnd gieſſet jhn vber das gewürtz / ſo zuuor gröblich zerſtoſſen worden / laſt es zuſammen ſechs ſtunden in der einbeitzung ſtehen/ als denn thut darzu ein pfund zucker / vnd ein halb pfund honig / guten weiſſen wein vier kannen / laſt es zuſammen tag vnd nacht ſtehen / als dann ſeihet es gemachſam 3. oder mehr mal durch den Manicam Hippocratis, das iſt / durch ein lauen ſecklein von weiß wüllenen tuch gemacht / biß es gar klar wirdt / ſo iſt der Lautertranck fertig.

Bier. Das Bier / ſo in deutſchland gebrawet wird / hat viel ein andere art vnd eigenſchafft / als wie es die alten ärtzte zu jhrer zeit beſchrieben haben/ Derwegen/wo ſolches aus gutem hopffen (welcher ein köſtliche artzney iſt/ das geblüt zu reinigen / vnd die leber zu eröffnen) vnd von guter gerſten oder andern guten getreidich zugerichtet/ oder ſonſt von gutem rechtſchaffenen maltz/ſo nicht zuſehr gedört noch brandig iſt/ gebrawet / vnd der hopffen nicht verkocht wirdt/ darzu auch gute geſunde waſſer kom-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſer kommen / So iſt in warheit ſolch bier viel geſünder/ denn etliche grobe vnd ſtarcke wein.

Beſchreibũg eines guten biers mit ſeinen eigenſchafften.

Es ſol aber ein rechtſchaffen gut bier eine ſchöne klare farbe haben/ wol vergohren/ nicht zu alt/ noch zu jung/ auch nicht ſewerlich ſein/ Solches iſt den Neruen vnd weiſſen hirnadern dienſtlichen / macht eine gute farbe / geht bald aus dem magen vnd gederm / iſt in hitziger zeit ſehr bequem / ſtillet den durſt/ vnd iſt den mitternächtiſchen Cörpern nicht weniger dienſtlichen / als der wein/ Vnd wird bey ſolchen leuten das Hamburger bier ſehr gelobet/ vnd hoch gehalten/ dieweil es nicht allein die krafft hat / das es wol nehret vnd wermet / von dem weitzen vnd gerſten / ſondern auch eine ſonderliche art vnnd qualitet der artzney an ſich nimpt / von dem hopffen / vnd alſo ein ſehr geſundt bier iſt/ Wie denn in den landen / da man faſt nichts denn bier gebrauchet/ wolgeferbte / ſchöne vnd geſunde leute ſind / vnd nicht ſo viel ſpitäliſcher/ auſſetziger / podagriſcher vnd gichtbrüchtiger menſchen gefunden werden/ als da man ohn vnterlaß ſtarcke/ verlegene vnd grobe wein trincket. Jedoch erfehret man auch/ das die jenigen/ ſo ſich ſtets im bier vollſauffen / mit dem Cathar vnnd kurtzen athem/ auch mit heuptwehe / auffblehung / nieren kranckheit vnd dergleichen beſchwerungen angegriffen werden/ vnd offt ſelbſt bekennen müſſen/ das die füllerey im bier erger ſey / als die im wein geſchicht / ſonderlich an denen orten / da die Catharri vnd kalte feuchtigkeiten gemein ſeind bey den leuten / Sonſten iſt das vollſauffen an andern orten im wein beſchwerlicher/ denn im bier.

Hamburgiſch bier.

Was für ſchaden von füllerey im bier entſtehe.

Meiſſen vnd Düringen geben gute bier.

Es werden auch ſonſten in Meiſſen vnd Düringen viel köſtlicher bier gebrawet / welche nach art des waſ-

ſers/

ſers/ vnd zubereitung des maltzes vnd andern / fürtreff-lich gut vnd geſundt ſein / jedoch eins mehr denn das ander / vnd ein bier dem menſchen / nach ſeiner comple-xion vnd natur / beſſer bekompt / denn das ander.

Ob man vber der mahlzeit von bier oder wein zutrincken anfahen ſol.

Es iſt auch eine beſondere gabe Gottes / wer tegli-chen vber tiſch wein vnd bier beyſammen haben kan/vnd möchte derhalben einer fragen/ wouon er vber der mahl-zeit am erſten trincken vnnd anfahen ſolte ? Darauff gibt man zur antwort : Wer ein hitzige leber vnd kalten magen hat/ ſol Sommers zeit vom bier anheben / win-ters zeit aber vom wein / Oder welcher einen guten ap-petit zum eſſen / ſol gleicher geſtalt vom bier anfahen/ damit der leib linde vnd offen bleibe / auch die mahlzeit mit einem trunck bier beſchlieſſen / auff das die hitzigen dünſte des weins nicht in kopff ſteigen. Würde aber das bier einem die luſt zum eſſen benemen / derſelbe ſol am wein anheben/ vnd mit dem bier beſchlieſſen.

Kreuterbier.

Endlichen iſt auch zu wiſſen/ das man gute Kreu-terbier / von Wermut / Beyfuß/ Hirſchzungen/ Spi-canten vnd dergleichen / zumachen pfleget/ vnd wo ſol-che zu rechter zeit gebraucht/ haben ſie jhren nutz auch.

Gerſtenwaſſer.

Nach dem auch von gerſten vnd waſſer ein nützli-cher tranck geſotten wird / beydes den krancken vnd ge-ſunden leuten ſehr bequem/ als mag ſolches/ wie folget/ zugerichtet werden :

Nemet zwey maß waſſer / eine zimliche gute hand voll reine gerſten/ laſt ſolches ſieden / biß die gerſte auff-kochet / Wenn man auch die gerſte vor dem ſieden zwo oder drey ſtunden in friſch waſſer weichen leſt/ iſt ſolches deſto beſſer. Diß iſt die geringſte art / gerſtenwaſſer für arme leut zu ſieden.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Ein anders.

Nemet reine wintergerſten j. pfund/waſchet ſie erſt aus waſſer gar reine / gieſſet dann 9. nöſſel ander friſch waſſer darüber/ Da nun jemand ein hitzig ſeitenſtechen/ huſten vnd ſcharffen Cathar hette / der ſol darzu thun 10. feigen/ der bruſtbeerlein Juiuben vnd Sebeſten genant/ jeder anzal xv. ohne kern / ſüß holtz vnd kleine roſinlein/ jedes ij. lot/ ſolches zuſammen biß auff den dritten theil einſieden laſſen / dann durchſeihen / vnd ſtehen laſſen/ biß es kalt worden.

Der Holſteiniſche Ritter Heinrich Rantzau / hat nachfolgendes gerſtenwaſſer im gebrauch gehabt /

Nemet reine gerſten ein halb pfundt.
Süß holtz j. lot.
Blaw viol ſamen ij. quent.
Peterſilien ſamen ij. quent.
Rote roſen vj. lot.
Jſop /
Salbey / jedes iij. lot.
Feigen /
Groſſe roſin ohne kern/ jedes vj. lot.
Gut waſſer iiij. maß.

Solchs alles ſol man zuſammen in einem verglaſurten topff ſo lang kochen laſſen/ biß es auff zween quer finger eingeſotten / nachmals vom fewer heben / in ein friſch waſſer ſetzen / vnd erkalten laſſen / dann durch ein tuch rein abeſeihen/ vnd im winter warm/ im Sommer aber kalt trincken / doch nicht vor oder zwiſchen der malzeit/ es were dann/ das einer von natur hitziger vnd truckener Complexion / oder ſich von jugendt auff zwiſchen der

mahlzeit zu trincken darzu gewehnet hette / welches doch gar eine böſe gewonheit / vnd mit der zeit gemachſam abzugewehnen iſt.

Woraus man trincken ſol.

Es iſt auch zur geſundheit nicht wenig dienſtlichen / das man aus ſilbern vnd güldenen bechern oder gefeſſen (wer ſolches vermag) trincke / Wie denn auch gleicher geſtalt diß zur geſundheit ſehr nützlichen / wenn man ein ſtück goldt oder ſilber glüent machet / vnd in wein oder andern trincken ableſche.

Man ſol auch die becher / gleſer vnd anders / daraus man trincket / wol zudecken vñ verwaren / auff das nicht fliegen / kancker / mücken vnnd dergleichen vngeziefer / oder ſonſt etwas gifftiges vnd ſchedliches darein komme.

Abkühlung des trinckens mit ſchnee vñ dergleichen gantz ſchedlichen.

Dieweil auch bey vielen der gebrauch / das man das trincken in ſchnee ſetzet / oder mit eyß vmbleget / damit es friſch bleibe / oder mit Salpeter abkühlet / ſo iſt doch ſolches ein ſehr vngeſundt trincken / dieweil es mit gewalt erkeltet wirdt / derwegen ſol man ſich durchaus dafür hüten.

Eſſigs natur.

Nach dem auch der Eſſig ſein weſen von ſaurem wein vnd bier erlanget / vnd wunderbarer wirckender natur iſt / kan es nicht ſchaden / das ich allhier auch etwas daruon gedencke / Vnd iſt / wie Galenus ſagt / der eſſig kühl vnd trucken / oder wie er ſonſten ſagt / weder zu kalt noch zu warm / vnd gehört in die zal / welche man Neutralia nennet / iſt dem hitzigen vnnd feuchten magen dienſtlichen / erwecket die luſt zum eſſen / vnd fördert die dawung / bekompt wol den hitzigen Choleriſchen / Aber den Phlegmatiſchen vnd Melancholiſchen leuten / vnd denen ſo das zipperle vnd gicht haben / thut er groſſen ſchaden / gleich wie er auch der lungen / vnd den weibern

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

zur mutter ſchedlichen / Hat aber auch ſeinen nutz / die fiſch damit zu ſieden / Vnd iſt der weineſſig geſünder/ denn der biereſſig.

Es werden von weineſſig allerley Condimenta vñ eintauch (ſo man beydes zur ſpeiſe vnd artzney gebrauchet) zugerichtet/ als

Mancherley Eſſigs von blumen / wie ſolcher zuzurichten.

Roter Roſen eſſig.
Salbey blůt eſſig.
Roſmarien blůt eſſig.
Holunderblůt eſſig.
Gefült nelcken eſſig / Welche man zuuor aufftrucknen/ vnd dann den eſſig darüber gieſſen ſoll.

Von Himbern vnnd ſauren kirſchen wird auch ein fürtrefflicher eſſig gemacht / in der breune vnd hitzigen fiebern zugebrauchen. Wie denn auch von den kleinen Roſinlein ein gar lieblicher vnd geſunder eſſig/der bruſtlung vnd leber nützlichen/ zugerichtet wird/ auff folgende weiſe:

Himbeer vnd ſawer kirſch eſſig.

Klein Roſin eſſig.

Nemet kleine Roſinlein j. pfund / waſchet dieſelbe mit wein / das ſie gar rein werden / thut ſie dann in ein glaß / gieſſet darüber guten reinen weineſſig ein maß/ vnd wenn die weinbeerlein beginnen zu ſchwelcken / ſo gieſſet wein / vnd nicht mehr eſſig nach / damit er nicht zu ſawer werde/ Dieſer eſſig iſt den Sehnadern nicht ſo ſchedlichen/ als der andere / vnd kan auch ſicher im huſten gebraucht werden.

Vber das wil ich alhier auch mittheilen ein köſtlichen Julep / von eſſig vnd waſſer zugericht / welcher in den hitzigen fiebern jederzeit von mir gantz nützlichen befunden worden:

Sawer Julep von eſſig vnd waſſer.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Nemet geſotten brunnwaſſer iij. nöſſel.

Gar ſcharffen guten weineſſig/

Deß aller ſchönſten vnd weiſſeſten zuckers / jedes vj. lot. Solches ſol man zuſammen eine vierteil ſtunde/ oder ſo lang als man ein ey zuſieden pfleget/ kochen laſſen/ Vñ wer da wil/mag ein halb quent. ſcharffe Zimmetrinde darzu thun / nachmals durchſeihen / vnd hinſetzen/ Solches ſchmeckt wie ein ſubtiles Neckerweinlein / iſt dem krancken vberaus anmutig zu nemen.

Man kan es auch auff dieſe weiſe noch krefftiger machen:

Nemet ſawer Citronen oder Limonien ſafft ohne zucker/

Deß beſten ſcharffen weineſſigs/ jedes iiij. lot.

Deß aller ſchönſten vñ weiſſeſten zuckers viij.lot.

Gebrandt Sawerampffer/

Endiuien oder Ochſen zungen waſſer iiij nöſſel/ laſt ſolches in einem verglaſurten topff biß auff ein nöſſel einſieden/ ſeihet es durch ein duppel tüchlein/ vnd ſetzt es hin zum gebrauch.

Von vngewitter verletzt getreid/ weder zum brodt noch tranck zugebrauchen.

Es iſt auch wol werth / das man diß erinnere / das kein weitzen / rocken oder gerſten / welche vom donner verletzt worden / weder zum brod noch bier gebraucht werde / dann in demſelben gifftige vnreine qualiteten vnd eigenſchafften verborgen / aus welchen nachmals böſe gifftige dünſte diffundirt vnd außgebreitet werden/ vnd ſolche merckliche enderung geben / Wie denn auch das kraut vnd andere küchen ſpeiſe / darauff der Mehlthaw gefallen / gleichsfals vberaus ſchedlichen.

Zum beſchluß iſt zu mercken / das allweg die arbeit vor der koſt / vnd die ſpeiſe vor dem tranck / vnd der ſchlaff

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſchlaff vor der ſpeiſe vnnd arbeit geſchehen ſoll / Das auch in allen dingen maß gehalten werde / denn die vberladung mit der ſpeiſe mehr ſchaden thut / denn das vollſauffen / Aber das vberfreſſen vnd vberſauffen zugleich noch viel mehr / wo es nicht durch vndawen vnd erbrechen abgewendet wirdt. Auff diß mal hieruon gnugſam / Wollen nun auch zur bewegung vnd übung deß leibes ſchreitten.

Vberladung mit der ſpeiſe bringt gröſſern ſchaden / denn dz vollſauffen.

Das IX. Capittel.

Von der bewegung vnd übung deß leibes.

DAs eine zimliche / vnd zu rechter zeit angeſtelte bewegung des leibes / die geſundtheit zu erhalten / vberaus dienſtlich ſey / das bekennen einhellig alle Medici.

Bewegung des leibes zur geſundheit ſehr dienſtlichen.

Es begreifft aber in ſich die bewegung / als das genus, allerley art der übung / dem gantzen leibe nötig / ſie ſey gleich hefftig oder meſſig / vnd ſo mancherley / als vnter dem himel / in der lufft / im fewer oder waſſer ſein mögen / wo fern man nur das in acht hat / das ſolche nicht wieder die dawung vnd den ſchlaff lauffe / vnd alſo angeſtalt werde / das ſie nicht zu müde mache / die krefft zerſtrewe / vnd flüſſe erwecke.

Alle übung aber / wo ſie zimlich / vnd mit maſſen geſchicht / macht den leib leichtfertig vnd beweglichen / ſtercket die natürliche eingepflantzte hitz / verzehret die übrigen feuchtigkeiten vnd allen vberfluß / macht einen

Nutz der von meſſiger übunge kompt.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

geſunden vnd ſtarcken leib / Denn durch die bewegung oder meſſige arbeit / nemen die kreffte des leibes ſehr zu/ alle glieder werden geſterckt vnd bekrefftiget/ Da im gegentheil von müſſiggang alle glieder ſchlaff vnd hinfellig werden / Vnd iſt alſo die übung recht ein mit erhaltunge menſchliches lebens. Starcke übung aber machet den leib gering vnd hager / wie denn dargegen geringe übung den leib dicke vnd vngeſchickt machet/viel übung aber trucknet den leib zuſehr aus/ meſſige bewegung aber behelt den leib in rechter proportion. Vnd ſol die übung mehr geſchehen im frůling/denn im Sommer. Vnd nach dem viel vnd mancherley übungen ſind/ als fechten/ringen/ſpringen/ dorniren / pall ſchlahen / ſtein / teller vnd ſcheiben werffen oder treiben / etc. So iſt es zwar keine böſe meinung / das man derer gebrauche / Jedoch die / welche zimliche bewegung bringen / auch ſolche zu rechter vnd bequemer zeit/ nemlich allermeiſt zwo oder mehr ſtunden vor dem eſſen/ entweder im hauſe/ auff dem felde/ oder im garten anſtelle/Vnd wenn ſchöne lufft verhanden / mag man ſpaciren fahren / oder ins feldt an einen luſtigen ort hetzen reiten / Wo aber waſſer verhanden / ſol man ſich bißweilen auff ein ſchiff ſetzen / vnd hin vnd wieder führen laſſen / Bißweilen iſts auch gut auff die jagt ziehen / vnd weidewerck treiben / denn ſolches auch bey den Heyden für ein geſundt vnd vnuerwerfflich exercitium vnd übung iſt gehalten worden.

Starcke übung.

Mancherley übunge/ vnd zu welcher zeit ſolche anzuſtellen.

Iſt aber die lufft nicht gut/ oder ſonſt böſe vnluſtig wetter verhanden / ſo ſol man daheim im gemach bleiben/ vnd vor der mahlzeit feine liebliche bewegung / mit hin vnd wieder ſpaciren gehen/ anſtellen / wie denn auch linde vnd ſanfftes gehen nach gehaltener mahlzeit/ keins

weges zuuerachten/ ſintemal dauon die ſpeiſe im magen zu grunde allgemachſam ſincket. Haſtige vnd vnzeitige bewegung aber auff dz eſſen/ thut der geſundheit merckliche ſchaden/denn die dawung dauon verhindert/vnd feulung dem geblůt zugebracht wirdt / Darumb man nach gehaltener mahlzeit gar leiſe vnd ſanffte bewegung anſtellen/ oder gar ſtill ſitzen / im bret ſpielen / vnd ſonſten gute hiſtorien anhören ſoll.

Vnd iſt allhier nicht vnbillicher weiſe der ſchůler vnd jungen handwergs geſellen zugedencken/ welche jre übung vnd bewegung des leibes nicht eher/als nach gehaltener frůe oder abend mahlzeit (wenn ſie ſich mit eſſen vnd trincken wol erfüllt haben) anſtellen / der wette lauffen oder ſpringen / kleider ſchlagen / pall werffen/ vnd dergleichen/ darumb ſich auch keines weges zuuerwundern / das ſie ſtets kretzig / oder ſonſt mit andern kranckheiten / ſo aus böſen vngedawten feuchtigkeiten enſtehen / behafft ſein můſſen.

Wenn man auch die bewegung des leibes etwas hefftig vnd zu lang anſtellet/ ſo wird dardurch die krafft der vmbgebenden kelte zertheilet vnd geringert. Vnd dieweil wir vnter dem himmel geboren / ſollen wir auch allermeiſt vnter dem himmel / der Sonnen entgegen/ oder wo ſolche ſonſt hinſcheinet / vnſer ſpaciren gehen anſtellen / denn alſo wir gute lufft empfahen / auch die Sonn / Planeten vnd andere ſtern ohne verhinderung jhre ſtralen auff vns werffen können / vnd derſelben krafft im hin vnnd wieder gehen vns deſto beſſer erreichen / dadurch die geiſter des hertzens gar wol erquicket werden/ iſt derhalben viel beſſer / vnter dem hellen himmel vnd an Sonnechten örtern übung anſtellen / dann

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnter einer gallerey oder ſonſt anderm bedeckten ort vnd ſchatten/ Jedoch alles nach gelegenheit der zeit/vnd der perſonen zuſtandt.

Wohin man ſpaciren gehen ſoll.

Deß morgens ſol man vmb die ſchönen luſtigen berge / Veſperzeits aber an den ſchönen luſtigen fließwaſſern ſpaciren gehen / vnd welche kein ſchwindelich heupt oder böß geſicht haben / die ſollen offt in helle vnd glentzende waſſer ſehen/ Wie denn auch das anſchawen roter vnd grüner farben ſehr nützlich iſt. In die herrlichen gärten/ darin ſchöne wolriechende kreuter vnd blumen / von allerley farben / ſtehen / ſpaciren gehen / ſolches iſt vberaus bequem/ ſonderlich den augen/ wie ſolches auch Galenus bezeuget/ da er die grüne vnd blawe farbe den augen am aller geſündeſten achtet / Derwegen nicht ſchaden kan / das man bißweilen vmbwechſelt/ vnd in die ſchönen grünen wälder ſpaciren geht.

Die verrichtung mancherley ſachen vnd geſchefft e/ wenn man derſelben gewohnet / vnd einem nicht ſchwer fürfallen/ machen gleicher geſtalt den menſchen luſtig vnd hurtig/ vnd geben auch eine feine übung.

Es werden auch von den ärtzten gelobet / fürnemlich ſolche übungen / dauon die arm zimlichen bewegt/ vnd die bruſt erweitert wird / auff das die vberflüſſigen feuchtigkeiten/ ſo in der bruſt vnd lunge ſtecken / heraus gebracht / vnd die ſündhafftige materia zu den vnedelſten gliedern gezogen werden können.

Treppen auff vnd ab ſteigen.

Das auff vnd abſteigen (ſo mit einer verenderung fürgenommen wirdt) beweget auch den leib / aber es iſt doch ſolches eine ſchwache übung.

Reiten.

Vnter allen arten der bewegungen aber iſt das reiten nicht die geringſte/ denn es viel vnd mancherley nutz bringet/

bringet / vnd allermeiſt denen vom adel zuſtehet / jhre
geſcheffte dadurch zuuerrichten / derwegen ſie ſolche
übung keines weges verachten/ſondern gebürlichen fleis
vnd mühe darauff legen vnd wenden ſollen / das dann
die jenigen ſonderzweiffel wol thun werden/ ſo ohne das
zum reiten gute luſt vnnd beliebung tragen. Wo nun
das reiten meſſig geſchicht/iſt ſolches der geſundheit vnd
dem magen dienſtlichen/ vnd werden dauon die lebendi-
gen geiſter geſterckt / der verſtandt gereiniget / hat auch
dieſen nutz / das man den rücken ſteiff vnd gerade halten
muß/Wo aber ſolches vberflüſſig vnd hefftig geſchicht/
iſt es dem gantzen leib vnd allen gliedern ſchedlichen.

Die groſſen herrn/als Fürſten/Grauen vnd Edel-
leut/ haben ſehr groſſe beliebung zur jagt vnd zum Wei-
dewerck/ vnd hat auch ſolches warlich nicht einen gerin-
gen nutz / Denn die jagt nicht allein alle theil vnd krefffte
deß gantzen leibes zugleich angreifft vnd übet / ſondern Jagt nutzüg.
auch eine ſolche bewegung iſt/ welche das hertz vnd gan-
tzen menſchen erluſtiget / Denn erſtlichen iſt die jagt ei-
ne auffmunterung vom ſchlaff / das man vor tage auff
muß / kelt vnd hitze tragen / den gantzen leib mit reiten
bewegen/ dauon die eingepflantzte werm vermehrt / vnd
durch das leiten der jagthunde / die arm / meußlein vnd
hende bewegt werden / das gehör wird von dem gedöſe
vnd bellen der hunde geſcherffet / die bruſt vnd gurgel
von des Jägers geſchrey erweitert / vnd nach dem das
wildt flüchtig/ hat der Jäger vrſach / ſolchem mit allem
fleis nachzufolgen / vnd was ſonſten mehr darzu nötig/
zuuerrichten/Wie dann auch durch das behende lauffen
des wildes vnd der hunde/die augen gebeſſert vñ ſcharff-
ſehend werden / Vnd tregt ſich offt zu / das vnter dem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

jagen ein ſchrecklich wild thier dem Jäger auffſtöſt / zu welchem er eine ſolche begierd/daſſelbe zufangen/vñ dadurch ehr einzulegen/ bekompt/ das er des gantzen leibes krefften daran ſtrecket/vnd weñ er deſſen mechtig worden/ ſo erfrewet er ſich gar ſehr vber ſolcher ergangenen arbeit / vnd durch ſolch ſein embſiges anhalten werden die glieder / meußlein vnnd Neruen geſterckt / Ich wil geſchweigen / was durch die anſchlege vnd vorſichtigkeit/ auch groſſen fleis / mühe vnd arbeit / das wildt zu jagen vnd zu fangen/ für nutz entſtehet/ Daraus auch diß folget/ das der jenige / ſo ſich des jagens befleiſſigt / in andern ſachen viel weiſere anſchlege vnd gedancken haben muß. Vber das / ſo kan das jagen dem kriege faſt verglichen werden / Denn wie im kriege vor allen dingen ein heupt vnd öberſter heerführer verordnet wirdt / welcher etliche hinaus ſchicket / ſo dem feind zum ſtreit vrſach geben / vnd auff die warte vnd thürn etliche kundtſchaffer verordnet / vnd damit er dem feinde abbruch thun mag / die hinterliſt verbirget / die ſcheidung zur flucht bequem/ in guter acht nimpt/ die wälde vnd äcker mit fußgengern belegt / das blache feldt mit fliegeln der reuter beſtellt/ vnd wenn er vermerckt/ das ſich der feind verbergen / oder gar entfliehen wil / heiſſet er das lager fortrücken / Alſo vnd gleicher geſtalt verhelt ſichs auch mit einer rechten angeſtalten Jagt.

Jagt bringet dreyerley nutzes.

Aus dieſem allen iſt eigentlich zuuermercken / das die Jagt dreyerley nutz bringe. Erſtlich / wirdt die geſundheit dadurch erhalten. Zum andern / erlangt man dauon die wiſſenſchafft zu kriegen. Zum dritten / kan man ſolches zur nahrung gebrauchen.

Damit ich aber die wiſſenſchafft zu jagen nicht vergeblichen

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

geblichen vnd ohne vrſach rühme / So weiſe ich euch zu den Xenophontem, welcher ein Fürſt der Athenienſer vnd fürtrefflicher herr geweſen/ein guter haußvater, vnd fleiſſiger auffſeher vnd erhalter ſeiner geſundheit / auch in der Jagtkunſt vberaus erfahren / welcher das jagen nicht gnugſam verloben kan. Darumb ich verhoffen wil / das des groſſen mannes zeugnis bey euch viel gelten ſoll / der ſagt in ſeinem büchlein von der Jagt alſo: Denen das jagen beliebet / vnd groſſe luſt darzu haben/ können dieſen nutz dauon erlangen / das ſie dardurch gute geſundheit des leibes bekommen / viel vnnd mancherley hören vnd erfahren / vnd deſto weniger alt vnd graw werden / Ja das jagen vnterweiſet ſie fürnemlichen zu kriegen / alſo / das wenn ſie gleich vnterweilens beſchwerliche wege in aller rüſtung für die hand nemen müſſen / werden ſie doch darüber nicht müde / ſondern können ſolches außdawren/ dieweil ſie es von wegen der Jagt gewohnet. Zum andern/ können ſie vor lieb nemen/ vnd auff der erden ſchlaffen / ſind auch dienſtwertig auff jhres herrn beuehlich / die feinde anzugreiffen / vnd da ſie an die ſpitz geſtellet / treten ſie nicht abe/ dann ſie ſind gantz bereit vnd willig / dem feinde abbruch zuthun/ Vnd wenn der feind gleich die flucht gibt/ wiſſen ſie demſelben wol vnd ſicher nachzujagen / dieweil ſie aller örter durch die Jagten kündig worden ſind. Da aber jhr heer vnglückhafftiger weiſe zertrennet/vnd vom feinde in die flucht getrieben würden / alſo / das ſie dadurch in die jrre geriehten / wiſſen ſie ſich doch in den wälden vnd andern vngewönlichen örtern auffzuenthalten/ dieweil jhnen ſolches die gewonheit zu jagen gelerct hat/ als dann ermahnen ſie ſich/ aus angeborner ſtercke

Jagen gibt nachrichtung zum kriege.

vnd künheit den feinden auffs new zuwiederſtehen/dann gemeiniglich das glück folget / denen die von leibe vnd gemüt ſtarck ſind.

Nach dem nun vnſere vorfahren vermarckt / das aus den Jagten dieſer nutz entſtehe / das man daraus lernen vnd abnemen möge / wie man ſich im kriege verhalten ſol/ als haben ſie die jugendt fleiſſig zur Jagt gehalten / vnd darinnen vnterwieſen. Vnd diß ſchreibet Xenophon.

Mancherley arten der übung.

Es ſind auch noch andere mehr arten der übungen/ dadurch die geſundheit kan erhalten werden / als dorniren/ lauffen/ ſchwimmen/ fechten/ pall ſchlahen/ ſcheiben treiben / ſingen / ſchreyen / vnd dergleichen / welche übung Galenus lobet/ dieweil dauon die bein vnd arm/ der nacken/ das heupt/ die augen vnd lenden / auch wol der gantze leib bewegt wird.

Reibung der glieder / vnd an ſich halten des athems.

Jhr viel wollen/ das auch vnter die bewegung/ die reibung der glieder / vnd das an ſich halten deß athems/ gezogen werden ſoll/Vnd nach dem ſolche zu erhaltung der geſundheit auch etlicher maſſen jhren nutz geben/ wil ich allhier ein wenig dauon reden.

Reibung eigenſchafft vñ krafft.

In gemein haben alle arten der reibung dieſe eigenſchafft / das ſie erwermen / vnd das dardurch die natürliche werm des leibes erweckt wirdt / vnd iſt fürnemlich dreyerley / vnd darnach jhre quantitet vnd qualitet iſt/ darnach iſt auch jhre wirckung. Vnd wird derſelben eigenſchafften auff nachfolgende weiſe beſchrieben :

Quali-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Qualitas		Quantitas.
Harte reibung	viel, meſſig, wenig	
Weiche reibung	viel, meſſig, wenig	
Mittelmeſſige reibung	viel, meſſig, wenig	

Der nutz aber dieſer art der reibung / iſt aufflöſen oder eröffnen / zuſammen ziehen / das fleiſch vermehren oder mindern / wie Hippocrates ſagt. Derwegen ſo werden von harter reibung die glieder hart vñ geſterckt / vnd die feuchtigkeiten verzehrt. Sanffte reibung zertreibet vnnd verzehret den vberfluß / vnnd öffnet die ſchweislöcher. Mittelmeſſige reibung aber zeucht das blut außwendig auff den leib. Derwegen die harte reibung denen dienſtlich / quæ ſupra modum ſoluta ſunt. Gelinde aber / his quæ conſtricta. Viel reibunge / denen ſo ſehr fett ſein. Die aber ſo mager / ſollen nicht zu harte noch zu gelinde reibung gebrauchen.

Harte reibung.

Sanffte reibung.

Mittelmeſſige reibung.

Nun iſt die frage / ob die reibung deß morgens nüchtern / oder deß abends / wenn man wil zu ruhe gehen / am geſündeſten ſey? Darauff antwortet man mit Galeno, das die reibung / ſo frůe mit warmen leinen tüchern / von den ſchultern an biß vber die arm / vnd darnach vber den rücken vnd gantzen leib geſchicht / den vngedawten ſafft concoquire / oder die böſe materien oder feuchtigkeiten ſubtilire vnnd dünne mache / die ſchweislöcher eröffne / die natůrliche hitz erwecke / die böſen feuch-

Zu welcher zeit die reibung anzuſtellen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſen feuchtigkeiten durch den vnſichtbarn dunſt wegtreibe / vnd für vielen kranckheiten præſeruire.

Wem die abend reibung nützlichen.

Die abend reibung aber iſt denen Cörpern nützlichen / welche trocken / hager / vnd in abnemung des leibs gerahten ſeind / wie Galenus lib. 3. de ſanitate tuenda, ſolches auch bezeuget. Vnd iſt alſo die frûe reibung viel bequemer / als die abend reibung.

Weiter ſo lehret auch Galenus, wie man die reibung anſtellen ſol / nemlich / das man zum erſten fein gelinde vnd ſanffte anfahen / vnd dann jmmer je herter damit verfahren ſoll / biß die haut beginnet zimlich rot zu werden.

Anhaltung des athems.

Mittel fürs ſchlucken / von kelt entſtanden.

Von an ſich halten deß athems iſt zu wiſſen / das ſolche art der übung jetziger zeit nicht viel mehr in groſſem gebrauch / ſondern allein ein fürtrefflich mittel iſt für das ſchlucken / wenn es von kelte entſtehet / wie Ariſtoteles anzeiget.

Vbung vnnd bewegung / wie ſolche anzufahen vnd zu enden.

Ferner / ſo ſol alle übung vnd bewegung gar linde vnd ſanffte angefangen werden / damit man ſolche deſto beſſer continuiren vnd verrichten möge / im beſchluß aber hefftiger vnd geſchwinder geſchehen. Vber das / ſo iſt alle bewegung vnd übung denen / ſo friſch vnd geſundt / gar bequem vnd nützlichen / zu præſeruirung vieler vorſtehenden kranckheiten / vnd wie zuuor gemeldet / iſt die übung / welche des morgens frûe geſchicht / wann die zwifache dawung der ſpeiſe vollkömlichē volnbracht / vnd der leib zuuor von allem vberflus iſt außgeleeret worden / am geſündeſten / Vnd alſo wird die dawung vnd digeſtio fein bequem durch den leib außgetheilet / vnd ſo etwas von übrigen feuchtigkeiten verhanden / weggetrieben. Wo aber ſolche übung baldt nach der

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſpeiſe vnd digeſtion angeſtalt wirdt / geringern vnd verzehren ſie den leib / beſchweren das heupt / verderben die dawung / vnd erfüllen den gantzen leib mit böſen vngedawten vnd vnreinen feuchtigkeiten.

Vbung nach der ſpeiſe ſchedlichen.

Wenn nun ſolche übung zu rechter zeit geſchicht / vnd der ſchweis tröpfflich darauff erfolget / ſol man von dem bewegen auffhören / oder damit fortfahren biß zum anfang der müdigkeit / doch ſolches einmal mehr als das ander mal thun / als im winter iſt ſolche übung etwas lenger anzuſtellen / denn im Sommer / vnd mehr ſol ſich ein Phlegmaticus, ſo voll vieler feuchtigkeiten ſteckt / üben vnd bewegen / dann ein Cholericus. Vnd gleich wie die bewegung des gemüts / wenn ſie meſſig vnd zu rechter zeit geſchicht / nützlichen iſt / alſo auch alle bewegung vnd übung des leibes / wo ſie gleicher geſtalt meſſig vnd zu rechter zeit angeſtelt werden: Alſo iſt groſſe müdigkeit vnd mattigkeit des leibes ſehr böſe / vnd hefftige oder überflüſſige bewegung des gemüts noch erger / aber vberheuffte übung des leibes vnd gemüts zugleich / noch viel ſchedlicher / dieweil es ſolche bewegungen ſind / welche den menſchen zerrütten / vnd den todt bringen. Aber meſſige arbeit vnd handtierung ſtercket den leib / das gemüt vnd die ſeel.

Wenn man von der übūg oder bewegung auffhören ſoll.

Meſſige bewegung beyde des gemütes vnnd des leibes am aller dienſtlichſten.

Meſſige arbeit vñ ehrliche hantirūg dienen zur ſterckung deß leibs vnd gemüts.

Ferner / wenn man ſich nun wol geübet vnd erwermet hat / ſol man ſich nicht plötzlichen in kalte lufft oder windt begeben / dann ohne das alle gehlinge verenderung ſehr gefehrlichen / fürnemlich aber / wenn es vnter zweyen das aller euſſerſte von einem zum andern erreichet / als wenn man zu erſt gar kalt oder vngeübt geweſen / vnd dann mit der übung vnd bewegung ſich ſehr erhitzet / das man dadurch matt vnd müde wirdt.

Verenderūg ſo gehlingen geſchicht / gefehrlichen.

Darge⸗

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Bewegung ſo meſſig vnd gemachſam geſchicht/ die beſte.

Dargegen iſt dieſe bewegung am ſicherſten/ ſo langſam/ vnd nicht plötzlichen geſchicht.

Wollen derhalben diß Capittel mit der meinung Hippocratis vnd Cornelio Celſi beſchlieſſen / welche ſagen/ das die geſundheit erhalten werde/ Erſtlich/ wenn man der übung oder arbeit gebrauche. Zum andern/ ſol darauff ſpeis vnd tranck folgen. Zum dritten/ der ſchlaff. Vnd endlich die ehlichen werck / Jedoch das es alles zu rechter zeit/ vnd mit maſſen angeſtelt vñ gehalten werde.

Geſundheit / wie ſolche erhalten werde.

Labor, cibus, potus, ſomnus & Venus omnia mediocria.

Das X. Capittel.

Von ruhe vnd müſſiggang.

Oberflüſſige ruhe bringet dem leib vnd verſtande ſchaden.

GLeich wie die bewegung vnd übung / zu rechter zeit angeſtelt / zur geſundheit ſehr dienſtlichen/ Alſo iſt dargegen ſtete vnd überflüſſige ruhe nicht allein dem leib ſchedlichen / ſondern es ſchwechet auch den verſtandt / vnd macht den menſchen in allen ſeinem thun vnnd gedancken faul vnnd ſchlefferig. Dann wie durch rechte vnd bequeme übung die natürliche werm erwecket / die kochung vnnd dawung der ſpeiſe befördert wirdt / alſo vnd dargegen wird durch müſſiggang vnd vberflüſſige ruhe dieſes alles verhindert vnd zurück gehalten. Derhalben man müſſiggang vnd vberflüſſige ruhe / als die Peſtilentz ſelbſt / fliehen vnd meiden ſol/ Ja der müſſiggang gibt vrſach zu allerley ſünden vnnd ſchanden / wie ſolches Lucanus bezeuget / da er ſpricht: Viel anfechtung bringet müſſiggang. Item der heydniſch Poet Ouidius, da er ſagt/ Man fragt/ wie kompt es/ das Aegyſtus iſt ein Ehebrecher worden? Die antwort iſt/

Müſſiggang zu meiden / denn er ein vrſach iſt zu allen ſünden.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wort iſt/das jhm der müſſiggang darzu hat vrſach gegeben. So ſagt man auch ſonſt im ſprichwort / Müſſiggang ſey deß teuffels heuptküſſen.

Nichts deſto weniger/ ſo hat meſſige ruhe/zu rechter zeit angeſtelt / auch groſſen nutz / Denn der leib / ſo von groſſer arbeit matt vnnd müde worden / der ruhe nicht entrahten kan / wie Hippocrates vnd Galenus ſagen / das die ruhe eine artzney ſey der arbeit vnd müdigkeit. Alſo auch / wenn der kopff von gedancken / ſorgen oder ſtudiren müde worden / ſo muß er auch durch die ruhe wiederumb ergetzung haben / wie ſolches Ouidius 1. de ponto anzeigt / da er ſpricht:

Warzu meſſige ruh nützlichen.

Hipp. 2. apho. 48. Quies laſſitudinis ſeu laboris remedium & exercitationis condimentum.

Durch ruh deß menſchen leib nimpt zu/
Auch wechſt der ſeelen krafft durch ruh.
Aber der leib/ ſinn vnd verſtandt
Nimpt ab durch ſtet arbeit zuhandt.

Derhalben ſchließlich hieruon zu reden/ ſo ſol vnſers lebens zweck dahin gerichtet ſein / vnd ſollen wiſſen / das wir nicht freſſens vnnd ſauffens halben geboren / noch vnſer leben in müſſiggang zubringen / ſondern Gott dem allmechtigen/ nachmals vnſerm vaterlandt/ freunden vnd verwandten / auch andern leuten dienen / vnd alſo eſſen vnd trincken ſollen / damit wir leben können. Vnd alſo viel iſt diß mal von der ruhe vnd müſſiggang zuwiſſen nötig.

Warumb der menſch zur welt geborn.

Das XI. Capittel.

Vom Schlaff.

BIßher iſt von der übung vnd ruhe / ſouiel zuwiſſen von nöten geweſt / gehandelt worden / Nun

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wollen wir auch kürtzlich vom ſchlaff vnd wachen etwas anzeigen.

Was der ſchlaff ſey/ vñ woher er kome.

Es iſt aber der ſchlaff / wie Hippocrates ſaget / nichts anders / denn eine einziehung der ſinne in ſich ſelbſt/ oder eine einziehung der natürlichen hitz/ von den aus vnd inwendigen gliedern zum hertzen / mit auffhaltung vnd erfüllung der ſinne/ dadurch die verzehrte kreffte / ruhe vnnd erquickung dem müden Cörper wiederbracht / vnd die dawung gefördert werde / vnd entſtehet von einer nützlichen feuchtigkeit / welche das gehirn anfeuchtet/ vnd alſo begierde zum ſchlaff erwecket.

Meſſiges ſchlaffs nutz.

Wo nun der ſchlaff meſſig geſchicht / ſtercket er die natürlichen krefften/ erquicket den leib/ vnd bringet demſelben gute feuchtigkeiten/ fördert die dawung/ ſtillet die müdigkeit / nimpt weg den aberwitz / ſcherfft die ſinne/ gedancken vnnd das geſichte / feuchtet die inwendigen theil deß leibes an/ vnd gibt allen gliedern krafft/ das ſie jhr ampt/ darzu ſie geordnet/ verrichten können/ machet auch / das man der kranckheit vergiſſet.

Hipp. 2. præſag.

Nachtruhe natürlichen / vnd beydes menſchen vñ viehe am bequemeſten.

Deß tages ſol man wachen/ des nachts aber ſchlaffen / Wie denn Gott den tag zur arbeit / die nacht aber zur ruhe vnd ſchlaff allen thieren verordnet hat / vnd iſt auch dieſe ordnung vnnd abwechſelung bald anfenglichen nicht vergebens in die natur gepflantzt.

Hipp. lib. 2. apho. 3. Somnus & vigila vtraque ſi modum exceſſerint malum.

Auicenna in canticis: Non prolongetur ſomnas, quoniam obeſt animæ, &c.

Man ſol aber nicht zu viel noch zu wenig ſchlaffen/ dann ſolches der geſundheit ſehr ſchedlichen / Es were dann / das einer deß nachts gearbeitet/oder viel gewacht hette / Aber ſonſten/ wer ſich zu vielem ſchlaffen gewehnet / vnd mit den ratzen in den tag hinein ſchlefft / der kompt ſelten zu einem rechten vollkömlichen alter / vrſach iſt dieſe / das dauon das heupt vnd alle glieder deß

gantzen

gantzen leibes mit vielen vnreinen feuchtigkeiten erfüllet
vnd vberheufft / die natürliche hitz gedempfft / vnd die
ſinne duſelicht werden / ſo geſchicht auch dem gedechtnis
groſſer ſchade / vnd wird der gantze Cörper laſs / trege /
vnd mit vielen Phlegmatiſchen feuchtigkeiten beladen.
Vnd ob wol die jenigen / ſo ſich zu vielem ſchlaffen ge-
wehnet / ſich nicht ſo gar übel darnach befinden / ſo iſt
doch ſolche böſe gewonheit keins weges zuloben / dieweil
ſie wieder die natur vnd ordnung leufft.

Viel ſchlaffe ſchedlichen.

Wie nun vberflüſſiger ſchlaff gar ſchedlichen / alſo
iſt dargegen meſſiger ſchlaff gantz nützlichen / Vnd mö-
gen die jenigen / welche beginnen alt zuwerden / wol et-
was lang ſchlaffen / denn ſolches dem dürren vnd abne-
menden leibe eine ſonderliche feuchtigkeit gibt / vnd ſon-
ſten wolthut.

Man ſol ſich aber nicht eher zum ſchlaff begeben /
ſonderlich auff den abendt / es habe ſich denn zuuor die
ſpeiſe in grund deß magens geſetzt / auch das röpſen vnd
blehen vergangen ſey / Darumb ſol man allwege zwo
ſtunde nach der abend mahlzeit ſchlaffen gehen.

Zwo ſtunden nach der abendmahlzeit ſich ſchlaffen legen.

Es iſt auch gantz ſchedlichen / deß nachts arbeiten /
ſtudiren / memoriren oder tichten / derwegen man daſſel-
bige einſtellen vnd vnterlaſſen ſol.

Bey nacht arbeiten oder ſtudiren iſt ſchedlich.

Ein natürlicher vnd vnuerruckter ſchlaff ſol vber
7. 8. oder auffs höchſte 9. ſtunden ſich nicht erſtrecken /
denn in ſolcher zeit der ſchlaff / darzu er von natur ge-
ordnet / das ſeine wol verrichten / vnd die dawung zu-
wege bringen kan / welches denn bey nachfolgenden zei-
chen vermarckt wirdt / als erſtlich am waſſer / wenn daſ-
ſelbe nach dem ſchlaff ſchön gelb wie goldt iſt / Wo es
aber liechtgelb oder weiß / ſo gibt es anzeigung / das die

Ein natürlicher ſchlaff ſol ſein 7. oder 8. ſtunden.

Anzeigūg ob der ſchlaff die dawung verrichtet hat oder nicht.

dawung allerdings noch nicht geſchehen / vnd in den adern noch viel vngedawtes ſaffts ſtecke.

Was die röpſe/auch das gienen/oder geunen nach dem ſchlaff bedeuten.

Zum andern / wenn nach dem ſchlaff ſaure röpſe auffſteigen/bedeuten ſie vngedawte feuchtigkeiten/ Wie denn auch das gienen oder geunen anzeigung gibt / das die dawung nicht richtig geſchehen ſey.

Bey dem magen zuerkennen / ob die dawung geſchehen ſey.

Zum dritten wirdt ſolches auch erkandt/wenn man nach dem ſchlaff kein drucken oder andere beſchwerung vmb den magen / auch nicht murren noch gurren / oder winde im leibe befindet / vnd das man ſonſten luſtig vnd hurtig ſich erzeiget.

Wenn man lang ſchlaffen ſoll.

Es tregt ſich auch offt zu/das man bißweilen nicht baldt einſchlaffen kan/ wenn man ſich vollgeſoffen / als iſt von nöten/ das man den ſchlaff lenger als ſonſten anſtelle / vnd vber die geſatzten ſtunden ruhe vnd ſchlaffe.

Schlaff iſt denen ſo die Peſt haben / nicht nachzulaſſen.

Wer auch in ſterbensleufften mit der Peſtilentz angegriffen were/der ſol ſich anfenglich des ſchlaffs durchaus enthalten / auff das nicht die gifft durch den ſchlaff inwendig zum hertzen gezogen werde/vnd alſo den menſchen plötzlich tödte / Doch ſol man allwege auff die krefften achtung geben / was dieſelbe erdulden oder ertragen können.

Wer des abends nicht in ſchlaff komen kan/ wz er thun ſol.

Würde ſich aber zutragen/das einer in ſchlaff nicht kommen köndte / ſich auch von einem ort zum andern werffen / vnd ſonſt vnruhig ſein würde / der kan beſſer nicht thun / denn das er wiederumb auffſtehe / vnd etliche ſtunden in der kammer oder ſtuben ſanfftiglich hin vnd wieder ſpaciren gehe/ſich alß denn wieder nider lege.

Schlaffkammer.

Die ſchlaffkammer ſol fein weit ſein / gelegen nach auffgang der Sonnen oder mitternacht / vnd nicht viel vnterſchiedliche fenſter haben / ſollen nächtlicher weil zuge-

zugemacht werden / deß tages aber / wenn keine gifftige
vngeſunde lufft verhanden / eröffnet / Man ſol auch vn=
terweilens darinnen von gutem truckenen holtz ein fewer
ins Camin / oder ſonſt einen lieblichen rauch machen /
dann dadurch die lufft gar wol gereiniget / vnd das ge=
hirn geſterckt wird / Jedoch wenn man mit reuchkertzlein
oder puluer reuchert / ſol man ſich nicht eher in die
ſchlaffkammer begeben / es ſey denn der rauch gar zertei=
let / vnd faſt vergangen.

Vom mittages ſchlaff.

Es iſt auch zuuor gemeldet worden / das der mit=
tags ſchlaff / ſo bald auffs eſſen geſchicht / ſehr ſchedli=
chen ſey / dieweil derſelbe dem kopff vnd gantzen leibe viel
böſer feuchtigkeiten / flüſſe vnd den ſchnupffen zuwege
bringet / auch fieber vnd geſchwür im leibe verurſachet /
Vnd iſt ſonderlich der mittags ſchlaff auffs eſſen den
podagricis ſehr ſchedlichen / darumb auch der Arabiſche
artzt Auicenna ſolchen tags ſchlaff gentzlichen verboten.

Mittages ſchlaff allen ziprianiſten ſchedlichen.

Nun felt alhier dieſe frage für / ob man auch am tag one
abbruch der geſundheit ſchlaffen kan vnd mag / dieweil
jhr viel ſolches gewohnet / vnd ſich wol darob befinden /
da doch alle Medici wiederrahten / das man zu mittage
nicht ſchlaffen ſol? Hierauff antworte ich mit Matthæo
Degradi, ſo ein fürtrefflicher artzt geweſen / der ſagt /
das den leuten / ſo deß mittags ſchlaffs gewohnet / er=
leubet werden ſoll / das ſie nach einer verloffener ſtunde
nach gehaltener mahlzeit / eine halbe oder gantze ſtunde
auff einen ſtul ſitzende / mit auffgerichtem heupt ſchlum=
mern vnd nafftzen mögen / doch nicht zu lange / vnd ſol=
ches ſol geſchehen an einem temperirten vnnd dunckeln
orte / Man ſol aber auch den jenigen / ſo den mittags
ſchlaff helt / nicht erſchrecken / oder ſonſt mit vngeſtüm

Frage vom mittags ſchlaff / wie vnnd wem man ſolchen erleuben kan.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

dauon erwecken. Wo nun der mittags ſchlaff alſo angeſtelt wird / ſo iſt er der geſundheit nicht ſo gar entgegen/ iſt auch denen erleubt / welche des nachts nicht viel geſchlaffen.

Liechte ſo man gebrauchen ſol.

Nach dem auch die liechte / ſo von Vnſchlit gezogen werden/ vnd die brennenden ampeln einen ſehr vngeſunden rauch vnnd geſtanck geben / ſo ſol man an ſtat derſelben / wo es müglichen / feine reine wachsliechter gebrauchen.

Bette.

Das Bett ſol feine gelinde vnd weiche pulſter vnd küſſen haben/ welche von Baumwoll/ Bombaſin / roher zubereitter ſeiden/ oder von Materaſchen zugerichtet ſein/ denn ſolche viel beſſer als die federbett/ Es ſol auch oben bedeckt/ vnd vmbher mit grünen vorhengen behengt ſein.

Deckbette.

Das deckbett ſol nicht zuheis noch zu kalt/ ſondern nach gelegenheit der zeit vnd lufft/ alſo temperirt ſein/ das es der dawung helffen kan / vnd alſo nach der zeit deß jahrs ein gelinde oder warm deckbett aufflegen.

Secret. Brunskachel

Das ſecret oder heimliche gemach ſol gar weit von der ſchlaffkammer ſein/ Wie dann auch die Brunskachel wol verdeckt ſein ſol / damit nicht der geſtanck vom waſſer dem gehirn ſchaden zufügen möge.

Auff welche ſeiten man ſich zum erſten legen ſol.

Vber das alles ſol man auch fleiſſig in acht haben/ das man ſich zum erſten auff die rechte ſeite lege (dann ſolches einhellig alle Medici rahten) vnd alſo zwo ſtunden / oder ein wenig lenger / auff der rechten ſeiten den ſchlaff vollbringen / darnach auff der lincken ſeiten mit erhobenem heupt ligen / vnd gegen morgen ſich wieder auff die rechte ſeite wenden.

Schlaffheublein.

Man ſol auch deß nachts ein fein ſchlaffheublein von ſubtilen leinen tuch offen haben / in welchem zu öberſt ein rund löchlein ſey / dadurch

durch die dünſte hinweg kom̃en können. Dieweil auch
das ligen auff dem rücken ſehr ſchedlichen / denn ſolches
den ſchlagk vnd andere hefftige kranckheiten verurſacht/
ſol man ſich dauon gentzlich enthalten / Auch wol für-
ſehen/ das der monſchein im bette ja nicht das heupt er-
reiche. Es wollen auch etliche ärtzte / das man nicht
mit offenem munde ſchlaffen ſol / Weil aber die tegliche
erfahrung bezeuget / das denen / ſo mit offenem munde
ſchlaffen/viel böſe feuchtigkeiten aus dem munde ſickert/
auch ſonſt keine beſchwerung dauon empfinden/ ſo mag
einer wie er gewohnt iſt ſchlaffen. Damit man auch
wiſſen möge / wie man ſicher vnd ohne ſorgen ſchlaffen
ſoll / ſo iſt zuwiſſen / wenn man ſich des abends außzie-
hen wil / das man auch zugleich mit den kleidern alle ge-
ſchefte vnd gedancken / ſo beyde die gemeinen vnd pri-
uat ſachen betreffen/mit hinweg lege/ als dann kan man
den ſchlaff deſto beſſer abwarten vnd vollbringen. Deß
morgens aber / wenn man auffgeſtanden / vnd ſich an-
gezogen / mag man als dann wiederumb die geſchefte
vnd gedancken vor die hand nemen/ iſt eine gute gewon-
heit/ vnd alle menſchen derſelben nachfolgen vnd einge-
denck ſein ſollen.

Rücklich ligen ſehr ſchedlichen.

Monſchein dem heupt ſchedlichen.

Ob man mit offenem oder zugethanem munde ſchlaffen ſol.

Wie man ohne ſorgen ſchlaffē mag.

Mit gedancken ſol man deß morgens vmbgehen / iſt der geſundheit nicht zuwieder.

Nun wil ich auch etliche mittel leren/ dadurch man
den ſchlaff kan zuwege bringen/ wenn ſolcher verbleibet.

Nemet Roſenöhl vnd ein wenig Campffer / ver-
miſcht ſolches mit weiber milch/ ſo ein megdlein ſeuget/
damit ſol man den ſchlaff beſtreichen.

Wie man dē ſchlaff befördern ſoll.

1. Schlaffſelblein.

Ein anders.

Nemet

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

2\. Schlaffſelblein. Nemet weiß Seeblümlein öhl/
Blaw Viol öhl/
Der Salbe von Pappelknoſpen/ ſonſten populien in der Apotecken genandt/ jedes j. lot.
Opij iij. gerſtenkörner ſchwer/
Geſtoſſen Saffran iiij. gerſten körner ſchwer:
Aus dieſem allen ein Selblein gemacht/ vnnd beyde ſchläff vnd naſelöcher damit geſalbet.

Ein anders.

3\. Schlaffſelblein. Nemet Roſen öhl ij. lot/
Guten eſſig j. löffel voll/
Das weiß von einem Ey:
Solches alles ſol man wol zuſammen querlen/ vnd als denn mit einem tüchlein vber die ſchläff legen.

Ein anders.

Schlaffwaſſer. Nemet Camomillen waſſer/
Holunderblüt waſſer/ jedes ij. lot/ oder ij. löffel voll.
Feldt Bethonien waſſer/
Roſenwaſſer/
Klatſchroſen waſſer/ jedes iij. löffel voll.
Salatwaſſer/
Seeblumen waſſer/
Blaw viol waſſer/
Weiß ſteinklee waſſer/ jedes j. löffel voll.
Weineſſig j. löfflein voll. Dieſe alle zuſammen gemiſcht/ duppel tüchlein darein genetzt/ vnd laulichen vber die ſchläff vnd ſtirn gelegt.

Man

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Man pfleget auch weiſſen mohn j. lot mit milch von einem weibe/ ſo ein megdlein ſeuget/ wol zerſtoſſen/ vnd vber beyde tünnich zubinden / ſol auch den ſchlaff zu wege bringen.

An dieſem ort wil auch nicht vnbequem ſein / etwas von treumen zureden/ dieweil ſolche eine groſſe verwandtſchafft mit dem ſchlaff haben / auch bißweilen die beſchwerung des leibs anzeigen / oder die vberflüſſigen feuchtigkeiten im leibe zuuerſtehen geben. Vnd ſind die treume nichts anders als bildtnis der vergangenen dingen vnd vorgelauffenen ſachen / oder aber merckmahl vnd zeichen der dinge / ſo zukünfftig geſchehen ſollen/ vnd werden offtmals nicht vngefehr oder ohn vrſach im traum fürgebildet / denn dieſes auch der vernunfft gemeß / das etlichen temperamentis vnd Complexionen treume ſehr gemein ſein / vnd doch warhafftige ding bedeuten / alſo / das man offt das jenige / ſo vnſern freunden vnd verwandten wiederfaren ſol / durch treume erkennet vnd geſehen werden mag / aus denen vrſachen/ das offt die freunde / wenn ſie gleich zimlich weit voneinander wohnen / ſich doch einer deß andern noth vnd anligen annimpt / darumb bekümmert / vnd jhnen zu hertzen gehet / Auch ſonſt durch treume deß gegenwertigen oder zukünfftigen zuſtandes zum öfftern erinnert wirdt / Daher denn Ranzouius ſagt / das jhm gemeiniglich im traum nicht allein ſein eigen / ſondern auch ſeiner freunde glück vnd vnglück zuuor fürkommen ſey/ ſonderlich zeigt er an / das er zum öfftern gegen morgen viel warhafftiger treume gehabt / die jhm vergangene ding zu gemüt gefüret / vnd von zukünfftigen dingen warnung gethan haben / Auch habe er offt warhafftige

Was treume ſind/ vnd was ſie bißweilen anzeigen.

treume gehabt / wie die angeſtelten Jagten haben einen
außgang gewinnen ſollen / So hab auch ſein vater ſe-
liger / die nacht zuuor / ehe er verſtorben / einen warhaff-
tigen traum gehabt / Denn in dem ſchlaff iſt jm vorko-
men eine grewliche vnd erſchreckliche geſtalt des todes /
damit er (wie es jhn gedaucht) ſo hefftig zu kempffen ge-
habt / das er auch alle ſeine krefſte daran geſtreckt / ſolche
todes geſtalt von ſich zutreiben / welches man auch au-
genſcheinlich geſehen / das er den gantzen leib hefftig be-
wegt hat / da er doch ſonſten ſo ſchwach geweſen / das er
nicht eines einigen gliedes mechtig geweſen / Als nun
ſolches ſein bruder Paulus Ranzouius (welcher dazu-
mal deß nachts bey jhm gewacht) vermarckt / vnd jhn
gefragt / was er doch alſo mit gewalt hette wollen von
ſich treiben / hat er jhm ſolches alles nacheinander erze-
let / Vnd iſt dieſer traum folgendes tages hernach gnug-
ſam wahr worden / da er gar ſanffte in Gott entſchlaf-
fen / vnd aus dieſem Jammerthal zur ewigen frewde vnd
ſeligkeit genommen worden.

Gleicher geſtalt ſagt auch Heinricus Ranzouius,
das jm von dem kriege in Schweden vnd Dennemarck /
vnd von ſeinem freunde Daniel Ranzau getreumet /
welcher in der belegerung des ſchloſſes Walburg ſey ge-
ſchoſſen worden / vnd nachmals geſtorben. Vnd iſt al-
ſo wol zugleuben / das die treume offt vorbildungen
ſind der gegenwertigen oder zukünfftigen dinge. Hip-
pocrates ſagt / das im ſchlaff der gantze leib ruhe / vnd
wie man ſihet / ſo tretten im ſchlaff alle ſinne zurück / al-
ſo / das der ſchlaffende menſch nichts ſihet / höret / noch
ſich beweget / vnd gleich allda ligt als ob er todt were /
Darumb auch der Poet Ouidius den ſchlaff ein bildt-
nis deß

nis deß todes/Vnd Hippocrates an einem andern ort/ den ſchlaff ein brudes deß todes nennet. Wenn nun alſo der menſch ohn alle bewegung da ligt / vnd ruhet / ſo iſt die ſeel (welche tieff in den menſchen getretten) allererſt in der rechten arbeit vnd bewegung / denn ſie jhres hauſes / darein ſie geſetzt / wol warnimpt / durchgehet alle theil des leibes / vnd vollbringt auch allda alle wirckung/Vnd weil ſie alſo fleiſſig in dem ſchlaffenden cörper wachet / erkennet vnd ſihet ſie ſichtbare ding / höret auch hörende ding / vnd bekümmert ſich darüber / vermerckt auch durch gegenwertige vorbildung / was dem menſchen wiederfaren mag. Darumb auch recht Hippocrates ſagt / das man das jenige / ſo einem im ſchlaff treume/ fürkomme/ oder ſonſt wiederfare/ nicht verachten/ ſondern wol erwegen ſol / Vnd wie zuuor meldung geſchehen / geben die treume auch anzeigung zukünfftiger dinge / ſo da geſchehen ſollen. Alſo geben ſie auch gnugſam zuuerſtehen/ was für vnartige vnd böſe feuchtigkeiten inwendig im leibe verborgen ligen/ welche dem menſchen ſchaden vnnd kranckheiten bringen werden/ als / wenn einem von fewer treumet / oder das er ſich mit leuten reuffe/ ſchlahe/ erzürne/ oder ſehr ſchreye/ bedeut ein vberfluß der erhitzten gall. Treumet jhm aber/ das er viel rauch/finſtere ding oder erſchreckliche ſpectra vnd bilder ſehe/ oder das er ſich im koth waltze/vnd darinnen ſtecken bleibe / ſolches bedeut ein vberfluß der ſchwartzen gall vnnd Melancholey. Sihet er aber im ſchlaff ſchnee oder eyß/ oder das jm treumet/ er ſchwimme im waſſer/ vnd erſauffe/ bedeut es viel kalte feuchtigkeiten oder ſchleim / welcher die inwendigen glieder beſchweret vnd engſtiget. Kompt jm aber im ſchlaff für/

Schlaff ein bildnis des todes.

Seelē arbeit im ſchlaff.

Treume nicht alzeit zuuerachten.

Treume zeigē auch ſündhafftige/vberflüſſige feuchtigkeiten an.

Treume vom fewer / was ſie anzeigen.

Treume von finſtern dingen.

Treume von ſchnee / eyß vnd waſſer.

Treum von hellen liechtern vnd fackeln.

das er ſchöne helle liechter oder fackeln brennen / oder ſonſt rote vnd ſchöne ſchimmerende ding ſehe / gibt ſolches anzeigung / daß das geblüt in den adern vberflüſſig ſey. Treumet jhm aber / das er wolriechende ding habe / vnd daran rieche / bedeut es / das viel guter feuchtigkeiten bey jhm ſein. Darumb wo ſolches im ſchlaff vermarckt wirdt / vnd die treume der geſtalt ſich zutragen / ſo kan man daraus die kranckheiten erkennen / vnd denſelben bey zeit vorkommen. Darbey wir es diß mal beruhen laſſen wollen / vñ ferner zu andern ſachen ſchreitẽ.

Treum von wolriechendẽ dingen.

Von treumẽ kan man vorſtehẽde kranckheiten vermercken.

Das XII. Capittel.

Vom wachen.

Meſſiges ſchlaffen vnd wachen vberaus nützlichen.

OB wol meſſiges ſchlaffen vnd wachen zu erhaltung menſchlicher geſundheit vberaus nützlichen / ſo kompt doch dargegen groſſer ſchade beydes vom ſchlaffen vnd wachen / wenn man die maſſe vberſchreitet. Denn viel vñ zur vnzeit wachen / ſchwechet die krefften des leibes / vnd zerſtöret ſolche / macht vngedawte feuchtigkeiten / vnd verhindert die dawung / krencket die ſinn vnd das gehirn / dürret vnd trucknet den leib aus / macht hohle augen / bleiche farbe / nimpt den verſtandt / bringt aberwitz / jrrigkeit des heupts / vnd den todt. Darumb alle menſchen / denen jhre geſundheit lieb iſt / ſollen dahin ſehen / das ſie des nachts nicht arbeiten / lange ſitzen / vnd ſich mit trincken vberladen / noch ſonſt mit ſorg vnnd bekümmernis der nahrung beſchweren / Sondern der lehr Hippocratis folgen / welcher ſagt / das man des tages wachen / vnd deß nachts ſchlaffen ſol.

Was vberflüſſiges wachen für ſchaden bringe.

Deß tages ſol man wachen / des nachts ſchlaffen.

Derwe-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Derwegen man ſich des morgens / wenn die Sonne
auffgehet / vom ſchlaff ermuntern vnd auffſtehen ſol /
dann zu derſelben zeit das blut im menſchen ſich bewe=
get / vnd nicht allein dem menſchen / ſondern auch allen
Creaturen die krefffte vernewert werden / Jedoch muß
man auch die zeit in acht haben / denn im Sommer die
nåchte ſehr kurtz / die tage lang / vnd die Sonne ſehr frůe
auffgehet / derhalben man nicht allwege mit der Son=
nen auffſtehen kan. Wenn man aber auffgeſtanden / ſol
man fůr allen dingen den leib fůr der frůe kelte bewah=
ren / das waſſer abſchlagen / vnd zu ſtul gehen / wie fer=
ner angezeigt werden wirdt.

Krefffte des menſchen alle morgen vernewert.

Sich des morgens fůr der frůekelte zuuerwaren.

Das XIII. Capittel.

Von entlehrung des leibes in gemein.

NAchdem im 26. Capittel von dieſem ſtůck auß=
fůhrlichen vnd vberflůſſig gehandelt wirdt / als
hab ich allhier nur das jenige / ſo allein zu erhal=
tung der geſundheit nőtig zuwiſſen / kůrtzlich anzeigen
wollen.

Erſtlichen ſol der leib teglichen ſtulfertig vnd vn=
uerſchloſſen ſein / denn ſolches der geſundheit ſehr nůtzli=
chen iſt / Vnd alle reinigung / ſo von ſtarcker natur ge=
ſchehen / ſind die aller geſůndeſten.

Diß aber ſeind fůr gute geſunde ſtulgeng zuach=
ten / welche nicht zu hart / noch zu weich / auch nicht zu
gar flůſſig ſeind / vnd feulunge anmelden / ſondern die
ſich zuſammen halten wie honig / auch nicht zu ůbel rie=
chen / noch mit groſſem gezwang oder angſt / ſondern

Gute geſunde ſtulgeng.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Was harte vnd truckene ſtulgeng bedeuten.

gar leichte abgehen. Denn wenn die ſtulgeng ſehr hart vnd trucken ſich erzeigen / bedeuten ſie groſſe jnnerliche hitz / kranckheit des leibes / verzehrung der feuchtigkeiten / vnd das man viel gebratenes vnd gepregtes / oder ſonſt truckene nahrung gebraucht hat.

Was feuchte ſtulgeng anzeigen.

Wenn aber die ſtulgeng zu ſehr feucht vnd dünne ſeind / bedeuten ſie verſtopffung der Leber vnd geäder / oder böſe dawung / vnd ſchwachheit der gederm.

Wie offt mã des tags natürlichen zu ſtul gehen ſol.

Man ſol aber täglichen zwey mal zu ſtul gehen / nemlich des morgens / wenn man auffgeſtanden / vnd des abends / wenn man wil zu bette gehen.

Winde ſol man nicht verhalten.

Man ſol auch die winde (wofern man alleine) keines weges verhalten.

Waſſer ſol man nicht verhalten.

Das waſſer / ſo offt es die natur wil hinweg treiben / auch die not erfordern wird / ſol man im geringſten auch nicht verhalten / denn dauon mercklicher groſſer ſchade entſtehet.

Auswerffen ſol man befördern.

Was auch vom heupt vnd gehirn in den mund ſincket / oder aus der bruſt vnd lungen ſich zum außwerffen erhebet / das ſol auch ohne verhinderung außgeworffen werden. Vber das ſol man aller glieder eigene excrementa vnd wuſt zu rechter zeit hinweg bringen / alſo / das man teglich die ohren reinige / die naſe ſchneutze / vnd den ſpeichel außreuſpere.

Aller glieder wuſt bey zeit hinweg zubringen.

Nun wollen wir ferner anzeigen / welcher geſtalt der vberflus des Cörpers / durch aderlaſſen / purgiren vnd dergleichen kan gereiniget werden.

Das XIIII. Capittel.

Von Aderlaſſen.

Das

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

DAS blut im menſchen hat dieſen nutz / das es
nehret / vnd alle theil des menſchlichen leibes
erhelt / Oder / das blut iſt das köſtlichſte vnnd
beſte im menſchen / daher / das es eine materi der leben=
digen geiſter / vnd in welchem alles wachſen vnd zune=
men/ja das leben ſelbſt iſt. Wenn man nun vberflüſſig
zur adern leſt / ſo wird der lebendige geiſt auch mit auß=
gelaſſen / vnd die natürliche krefften zertrennet / Daher
auch Galenus ſagt/ das die jenigen / welche alle meſſig=
keit hindan ſetzen / mit eſſen vnd trincken ſich ſtets vber=
laden / denen ſey hartes purgieren vnd aderlaſſen nicht
nütze. Wer nun viel harte bewegung vnd übungen hat/
vnd nicht alſo meſſig leben kan / wie es die geſundheit
vnd regeln der ärtzte erfordern / dem wil nicht zurahten
ſein / das er zur adern laſſe / ſonderlich wenn groſſe kelte
verhanden / als im Winter / oder groſſe hitz / als im
Sommer / dann wo das blut von ſolchen leuten vnd zu
der zeit hinweg gelaſſen wird / ſo folget an des außgelaſ=
ſenen guten bluts ſtat / eine wäſſerige oder andere vnar=
tige vnd ſchedliche feuchtigkeit.

Des bluts nutz im menſchen.

Blut was es ſey vñ nütze.

Vberflüſſiges aderlaſſen ſchedlich.

Aderlaſſen vnd purgiren wem es ſchedlichen.

Würde ſichs aber zutragen/das eine kranckheit aus
vberflus vnd menge/ oder aber aus verbrandtem geblüt/
bey jemand entſtünde / vnd vrſach gebe / ſolches hiweg
zu laſſen/ denen iſt keins weges das aderlaſſen verboten/
ſondern man ſol in ſolchem fall mit raht eines gelehrten
artzts die ader ſpringen laſſen.

Wenn die aderlaß bequem.

Auff das man aber von der aderlaß in gemein einen
beſſern bericht habe/ ſo iſt zuwiſſen/ob gleich der menſch
in allem ſich auffs bequemſt vnd meſſigſt verhalte/ den=
noch im leibe vberflus vnd feuchtigkeiten erwachſſen/ge=
ſchweig denn / wo man ſich nicht recht helt / vnd böſe

vnge=

vngeſunde ſpeiſen gebraucht/dauon nachmals (wo man ſolche vberflüſſige feuchtigkeiten bey zeit durch purgiren oder aderlaſſen nicht wegnimpt) hefftige vnd gefehrliche kranckheiten entſtehen/ das alſo offtmals die geſundheit deß menſchen durch bequemes aderlaſſen erhalten wirdt.

Demnach ſo wil von nöten ſein / anzuzeigen/ welchen perſonen das aderlaſſen bequem / oder was für zeichen eigentlich ſeind / die da anzeigen / das einem die aderlaß nützlichen. Darauff iſt diß die antwort / das erſtlichen die aderlaß nicht zu vnterlaſſen ſey / bey denen ſo vberflüſſig geblüt haben / wie kurtz zuuor gemeldet / vnd ſolches in der menge vnnd quantitet oder qualitet ſündiget / vnd nicht gute nahrung / wie zuuor / bringen kan / als denen wiederfehret / ſo eine hitzige Leber vnnd volle adern haben. Item / ſo plötzlich vnd vngewönlich zunemen / jhnen auch die adern aufflauffen / vnd groß werden. Item / denen das antlitz wol geferbet vnd braun iſt / der Puls ſtarck / auch die nach luſt vnd müſſigem leben ſtehen / gute wolnehrende ſpeiſe eſſen/ auch ſtets gute wein trincken / deßgleichen die trege vnd verdroſſen zur bewegung ſeind/ oder welchen das waſſer dick vnd rötlicht / oder deß tages viel ſchwitzen / denen wil die aderlaß gantz nötig ſein / dann wo ſolche verbliebe/ würde ſich das geblüt entzünden/ oder erſtocken vnd verfaulen / vnd mancherley ſchwere kranckheiten verurſachen.

Die ſo vberflüſſig geblüt haben/ ſollen ſich keines weges der aderlaß enthalten/ vnnd wobey ſoches zumercken.

Dargegen wird nun auch billich angezeigt / welchen leuten die aderlaß ſchedlichen / dauon iſt zum theil bald anfenglich geſagt. Vber das aber ſollen junge leut vor dem vierzehenden jahre / vnd die alten nach 70. jahren nicht zur adern laſſen / Item die jenigen / ſo kalter natur / oder in kalten örten vnd lendern wohnen / auch

Wem die aderlaß ſchedlichen.

auch nicht in ſehr kalter oder vberhitziger zeit / Deßglei=
chen auch nicht die ſchwangern weiber / es erfordere es
denn die euſerſte not/ ſo ſol doch ſolches mit groſſer vor=
ſichtigkeit vnd meſſigkeit geſchehen. Item / die ſo lang=
wirige kranckheiten gehabt / oder bald auffs bad / oder
übung der ehelichen werck laſſen wolten/ auch nicht weñ
man ſich vberfreſſen oder vberſoffen / Item wenn der
magen ſchwach vnd wiederwillet.

Ferner ſo iſt zumercken / das im Lentzen oder Frü=
ling/ als im Aprill vnd Meien / das aderlaſſen am nütz=
lichſten / Vnd weil der menſch zu der zeit am blutreich=
ſten iſt/ ſol er auch mehr als zur andern zeit laſſen. Die
adern aber / ſo zu laſſen nützlichen / iſt entweder die
Median/welche zugleich von dem gantzen leib des men=
ſchen/ als oben vnd vnden/ das blut thut nemen / Oder
die Leberader / Baſilica, von etlichen die Lungen ader
genant / welche der bruſt / dem hertzen / Magen / Leber
vnd miltz / darzu den vmbligenden gliedmaſſen viel nutz
bringet. Zum dritten/ die heupt ader/ durch welche dem
heuptwehe / tobſucht vnd dergleichen / aus hitz entſtan=
den / gewehret wird. Man ſol aber ſolche adern allwege
mit raht eines erfahrnen artztes/an der rechten ſeiten auff
der hand oder am arm ſpringen laſſen.

Der menſch im Früling am blutreichſten.

Median=ader.

Leberader.

Heuptader.

Im Herbſt / weil ſich das Melancholiſche geblüt
heuffet / als vor oder nach Michaëlis, ſonderlich im
Weinmonat/können die zur adern laſſen/ſo es im Frü=
ling verſeumet / Vnd iſt auff dieſe zeit an der lincken ſei=
ten oder arm/ die Median/ oder welche nötig/zu laſſen/
vnd fürnemlich wird auff ſolche zeit die miltzader / ſo et=
liche die Saluatel nennen/ zueröffnen / gelobet / wieder
die verſtopffung der Leber / an der rechten hand / aber

Im Herbſt am lincken arm die ader zu laſſen.

Saluatel oder Miltzader.

wieder die verſtopffung der miltz vnd derſelben fieber an der lincken / zwiſchen dem kleinen vnd dem goldfinger/ ſol gelaſſen werden.

Vierteil des Mondes / aſpecten vnd himliſche zeichen / ob ſolche vor der aderlaß zuerwegen.

Was aber anlanget den gemeinen gebrauch / das man auff die himliſche zeichen / aſpecten vnd Planeten groß achtung haben ſolle / ehe man zur adern laſſe / oder ſich nach dem klaren oder trüben himmel richten/ Welches ein gemeiner wahn / vnd viel aberglaubens mit vnterleufft / das ſtelle ich an ſeinen ort / wil aber hiermit nicht die vierteil/ in welchem der Monde iſt / auch nicht das ſchöne wetter/ ſo zum aderlaß am nützlichſten / verworffen haben / darnach junge / mittelmeſſige vnd alte leut ſich zurichten/ vnd ſollen von dem newen Mon an/ biß auff das erſte vierteil / junge leut zur adern laſſen/ vom erſten vierteil aber / biß zum Vollmon / ſollen die jenigen laſſen / ſo 30. vnd 40. jar alt ſein. Vom Vollmon biß zum dritten viertel ſollen die laſſen ſo 50. oder 60. jahr alt ſein. Vom dritten vierteil aber biß zum letzten die alten alleine. Vnd man helt dafür / das es rahtſamer ſey / auff den krancken vnd ſeine kranckheit oder beſchwerung zu ſehen / denn nach den aſpecten vnd zeichen des himmels zu ſpeculiren.

Was vor/in vnd nach der aderlas zuthun.

Man ſol aber nicht ehe zur adern laſſen/ es ſey denn der leib den tag zuuorn mit einem gelinden träncklein/ Latwerg/ Pillen / Puluer oder Clyſtir flüſſig gemacht/ Vnd wenn die aderlaß geſchehen / ſol man vollend die böſen feuchtigkeiten / nach jhrer art / mit träncken vnnd purgationen (wie es die not erfordern wird) außfüren/ dauon nachmals im 30. Capittel / bey der zurichtung deß Meyen trancks/außfürlicher gehandelt wirdt. Wer aber die artzney für der aderlaß nicht haben kan / der ſol

für allen

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

für allen dingen zuuor deß ſtulgangs vnd harms entle-
digt ſein / damit die ſchedlichen dempffe von ſolcher ma-
teri / nicht von den adern an ſich gezogen werden / vnd
das geblüt verunreinigen.

Man ſol aber nicht alſo bald deß morgens / wenn
man auffgeſtanden / zur adern laſſen / ſondern zuuor ein
bahr ſtunden hin vnnd wieder gehen / So kan es auch
nicht ſchaden / das man vor der aderlaß den arm zuuor
zimlich mit warmen tüchern reibe / oder mit Camomil-
len öhl ſalbe / denn dauon das geblüt flüſſiger wird. Ob
auch wol deß morgens nüchtern zu laſſen / am bequem-

Wie denen aderleſſern zubegegnen / ſo nicht wol blut ſehen können / oder ohnmechtig werden.

ſten / ſo werden doch viel leut gefunden / wenn ſie nüch-
tern laſſen / das ſie darob in ohnmacht fallen / ſo iſts viel
beſſer / man eſſe zuuor ein weich geſotten Ey / vnd trin-
cke darauff einen guten trunck weins / vnd laſſe dann als
bald zur ader. Die aber nichts eſſen vnd trincken wol-
len / mögen ein gut ſtück eingemachten Citrinats / oder
etliche Pomerantzen ſchalen eſſen / ſo verbleibt die ohn-
macht. Trüge ſich aber zu / das die ohnmacht allererſt
nach der aderlaß einen anſties / ſo ſol man ſolcher perſon
vnuerzüglich einen trunck guten wein zutrincken geben.

Man ſol ſich auch nach der aderlaß nicht baldt zu

Nach der aderlaß nicht bald zu eſſen.

tiſch ſetzen / vnd drauff freſſen vnd sauffen / ſondern zwo /
oder zum wenigſten eine ſtunde verwarten / als denn
mahlzeit halten.

Deßgleichen ſol man ſich auch nach der aderlaß

Auff die aderlaß nicht bald zu ſchlaffen.

zum wenigſten ſechs ſtunden des ſchlaffs enthalten / kei-
ne milch vnd was dauon zugerichtet wird / gebrauchen /
auch kalte ſpeiß / kalt trincken vnd kalte lufft / rohe obſt /
ſtarcke bewegung / vnd in ſumma / alle grobe koſt / ſon-
derlich aber geſaltzene fiſch / flihen vnd meiden / ſich aber

 mit

mit frölichen geſprechen ergetzen / Vnd wie ſich ſonſten ein aderläſſer halten ſol/ das alles hat Anaſtaſius in ſeinem Epigrammate ad Armarum fein zierlich Lateiniſch beſchrieben/ welches diß der inhalt iſt:

Den erſten tag viel eſſen meid/
Am andern kurtzweil ſuch vnd freud/
Gar ſtille ruh erheiſcht der dritt/
Am vierden/ fünfften iſt der sitt
Das man wol leb / am ſechſten bad/
Am ſiebenden ſpacier durch mat/
Durch dörffer/ wäldt vnd grüne aw/
Am achten magſt dein liebe fraw
Vmbfahen / dein gantz leben auch
Anrichten nach dem alten brauch.

Ader ſo durchgeſchlagẽ/ was man thun ſoll.

Es tregt ſich aber vnterweilens zu/ das die Balbirer zu hart ſchlagen / vnd entweder ein Neruen / flachs oder Pulsader treffen vnnd verletzen / dauon denn der krampff/das gliedwaſſer/oder erlehmung des glieds entſtehet / oder das die geſchlagene ader auffleufft/ der arm braun vnd blaw wird / vnd alſo groſſe ſchmertzen erfolgen/ wenn ſolches geſchicht/ſol man nachfolgende mittel gebrauchen:

Nemet rauten / wermut/ gerſtenmehl/ jedes ſo viel man mit zween fingern erhalten kan/ſtoſt es wol durcheinander / vnd thut dann Camomillen öhl darzu / leget ſolches vber das löchlein der adern.

Hette ſich nun die geſchwulſt geſatzt / vnd thet die ader gleichwol noch wehe / ſo nemet eine Ochſen gall/ vngeſaltzene butter / genſeſchmaltz / jedes ij. lot / miſcht ſolches wol vntereinander/ vnd ſalbet damit die ader.

Trüge ſich auch zu / das die ader durchgeſchlagen würde/

würde/ vnd beſorgte/ das der arm daruon lahm werden möchte / der neme Terpentin öhl mit Salpeter vermiſchet / vnd ſalbe den arm darmit.

Die Balbirer haben den gebrauch in Deutſchland/ das ſie nach der aderlaß auff das löchlein ſaltz mit wein binden/ Es were aber beſſer ſaltz vnd öhl/ wie Raſes lib. 9. cap. 2. ad Almanſorem, vnd Auicenna 4. 1. cap. 2. lehret / vnd vrſach anzeiget. Ja fürſichtige Balbirer haben dieſen gebrauch / das ſie das laßeiſen erſt mit eim reinen Scorpionöhl oder ſüſſem mandelöhl beſtreichen/ ehe ſie die ader eröffnen / vnd ſolches iſt recht vnd gut/ denn es verhütet die ſchmertzen/ ſo von dem einſchlagen entſtehen / vnd bewahret das laßeißlein / ſo etwan vnrein / das dem andern ſeine ader darmit nicht vergifftet werde.

Das XV. Capittel.

Von ſchröpffen oder laßköpff.

Vom rechten gebrauch vnd nutzbarkeit des ſchröpffens vnnd köpffens.

DEr ander weg/ vberflüſſig blut aus dem leib des menſchen zuziehen / geſchicht durch ſchröpffen oder auffſetzen der laßköpff. Da nun jemandt blutreich / vnd benötiget / das ſolcher vberflus des geblüts außgeführt werde/ der mag an ſtat der aderlaß/ die laßköpff gebrauchen/ deñ an welchem ort des leibs ſolche angeſetzt werden/ ziehen ſie das blut heraus/ das es ohne verletzung der krefft e oder natürlichen werme mag hinweg gebracht werden / Darumb auch ſolche außlaſſung des bluts den kindern/ ſchwangern weibern vnd ſehr alten leuten / denen man ſonſten nicht zur adern laſſen darff / nicht vndienſtlichen/ deßgleichen auch/ denen die

Erſte art oder weiſe zu ſchröpffen oder köpffen.

krefſte von langwehrenden oder ſcharffen kranckheiten zerſtrewet ſein / So iſt auch ſolch kopffſetzen nützlichen/ das heupt / zaanwehe vnd bruſtbeſchwerung darmit zu⸗ ſtillen. Vnd dieſe anſetzung der laßköpff mit bicken / iſt nicht ſo gefehrlich als das aderlaſſen / Denn nach dem bey oder vnter den blutadern entweder Neruen / Flachs oder Pulsadern ligen/welche durch vnuorſichtigkeit des Balbirers / wenn er zu hart ſchlegt / oder die fliete zu⸗ tieff einhawet/leichtlich derſelben adern eine treffen kan/ daraus denn gar groſſe gefahr entſtehet / alſo / das offt der gantze arm daruon in ein auſſpannen/ krampff/ leh⸗ mung/oder ſonſt in ander ſchmertzliche beſchwerung kan gebracht werden / wie zwar hieruon auch kurtz zuuor meldung geſchehen. Vnnd das iſt die eine art / köpff

Aſtrologiſche obſeruation von der ader⸗ laß.

auffzuſetzen. So zeigen auch etliche Aſtrologi vñ ärtzte von der aderlaß diß für gewiß an/ das wo ein menſch in ſeiner Natiuitet in einem zeichen den Drachenſchwantz hat/ vnd in demſelben grad vnd auffſteigen deſſelben zei⸗ chens eine ader eröffnen leſt / das er ſich dardurch in ge⸗ fahr deß todes ſtürtze.

Die ander art / köpffe auffzuſetzen.

Die ander art / köpff auffzuſetzen / geſchicht ohne bicken / vnd ſolche lobet Galenus vber alle maß zu vie⸗ len ſachen/ vnd nennet es eine edle hülff/ ſo groſſe krafft habe/ die flüß/ ſo von oben herab ſincken/anders wohin zuwenden/ oder auffzuhalten/ Item das blut zu ſtellen/

Schröpff⸗ köpffe one bi⸗ cken für das naſebluten.

als wenn einem die naſe hefftig ſchweiſet / vnd das blut am meiſten zum rechten naſenloch heraus leufft/ſol man jm vnter die kurtzen rieben einen laßkopff ohne bickung/ auff die leber an der rechten ſeiten ſetzen/Iſt es aber/daß das blut zum lincken naſenloch heraus leufft / ſol man jhm einen kopff vnter die kurtzen rieben an der lincken

ſeiten/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſeiten wol herunter auff die miltz ſetzen/ Leufft es aber zugleich aus beyden naſelöchern/ ſol man auch auff beyden ſeiten köpff ſetzen.

Vber das ſagt Galenus, das in groſſen ſchmertzẽ/ aus winden vnd grimmen im leib oder gederm entſtanden/ das aller gewiſſeſte vnd ſchnelleſt mittel ſey/ einen groſſen wol erhitzten laßkopff vber den nabel zu ſetzen/ vnd offt vernewern/ die ziehen die winde wunderbarlich heraus/ vnd ſtillen den ſchmertzen. Darumb ſind auch ſolche wind köpff ein vberaus gute hülff im hefftigen erbrechen/ wie nachmals im 18. Capittel folget. Sie dienen auch für die onmacht/ vnd zu vielen andern ſachen mehr/ Es iſt aber zubehalten/ das ſolche nicht allweg zugebrauchen/ es ſey denn der leib zuuor wol gereiniget.

Lib. 12. therapeu. metho.

Ventoſen dienſtlichen wieder das grimmen ſo von winden kompt.

Wie die ventoſen nützlich zugebrauchẽ.

Anno 65. gerieth der wolgeborne vnd Edle Herr/ Herr Hans Ernſt/ Graue zu Mansfeldt/ Edler Herr zu Heldrungen (ſeliger gedechtnis) in ein ſehr hefftiges erbrechen/ alſo/ das er kein ſpeis vnd tranck/ noch jrgent eine artzney bey ſich behalten konte/ Denen lies ich/ ſo bald J. G. etwas geſſen oder getruncken hatten/ ein grünes gläslein/ ſo zuuor mit einem wachsliechtlein wol erhitzt ward/ vnd vnden weit war (denn dazumal nicht groſſe köpff verhanden) vnden auff den Magen ſetzen/ das thet ich ein tag zween oder drey/ dauon bekam J. G. wieder nahrung/ vnd wurden reſtituirt.

Graff Hans Ernſt zu Mansfeldt wirdt vom hefftigen erbrechen errettet durch ventoſen.

Das XVI. Capittel.

Von den Waſſereglen/ ſo blut außziehen.

Der

Waſſeregel ein blutgiriges waſſerwürmlein.

DEr dritte weg / damit das überflüſſige blut aus dem leib gezogen wirdt / geſchicht durch das wunderbare vnd aller blutgirigſt waſſer würmlein / welches die fleiſſige erfahrung der alten / auch dem menſchen zu gut erfunden hat / vnd können an ſtat der laßköpff gebraucht werden / Vnd iſt bey den alten / das Melancholiſche ſchwartze geblüt damit außzuziehen vnd zu mindern / fürnemlich im gebrauch geweſen / aber numehr iſt ſolche gewonheit gefallen / vnnd nicht mehr breuchlichen.

Worzu dieſe blutwürmlein am meiſten von den alten gebraucht worden.

Ranzouij vaters ſchweſter / weiland eine Aptiſſin zu Itzenhofē.

Es ſagt Ranzouius, das ſeines vatern ſchweſter / ſo in dem kloſter Itzenhofen eine Aptiſſin weiland geweſen / vnd im achtzigſten jahr jhres alters geſtorben / die habe den gebrauch gehabt / das ſie jährlichen / auch in jrem groſſen alter / die Egel an ſtat der laßköpffe gebrauchet / denn ſie ſey eine volle blutreiche perſon geweſen / Vnd wie ſie ſolche würmlein darzu außerleſen vnd angeſetzt habe / erzehlt er mit nachfolgenden worten / vnd ſagt / das ſie zwiſchen Pfingſten vnd Johannes tag / vnterweilens auch vmb Bartholomæj / an einen jeden fuß vier Egel / vnd an einen jeden arm zwene / vnterweilens auch etliche zwiſchen die ſchulterbletter / das blut von dem heupt zu ziehen / angeſetzt habe. Es ſind aber ſolche Egeln gemeiniglich im mittage zu fahen / vnd von wegen jhrer gifft vor der ſechſten ſtunde zu abend nicht anzuſetzen / Dann wenn ſie angeſetzt worden ſind / vnd das blut außzuziehen anfahen / laſſen ſie nicht eher nach / biß ſie ſich voll bluts geſogen / das ſie von ſich ſelbſt abfallen / etliche aber wenn ſie angeſetzt / laſſen nicht eher ab / man ſtrewe jhnen denn auff das köpfflein ein wenig ſaltz oder aſchen / oder brenne ſie mit einem angezündten wachs-

Zu welcher zeit im jahr ſolche blutegel zugebrauchen.

Zu welcher zeit ſie zufangen vnnd anzuſetzen.

Wie ſolche bluteglein / wenn ſie angeſetzt / wider abzubringen /

wachsliechtlein/ ſo fallen ſie alsdann geſchwinde herab. Man ſol aber an den ort / da ſie hingeſetzt/ vnd das blut außgezogen haben/ einen warmen angefeuchten ſchwam̃ oder leinene tüchlein legen / denn wenn die Egeln abgefallen / offt aus den löchlein noch viel blut ſickert / welches man abwiſchen muß / vnd da es noch ferner bluten wolte/ ein tüchlein in eſſig netzen / vnd vberlegen. Darnach ſol man die abgefallenen Egeln in ein becken thun/ vnd tödten / vnd mit dem blut / das ſie außgeſogen / in die erde vergraben / damit ſie nicht wieder ins waſſer kommen.

vnd wie ſonſt damit zu procediren.

Dieſe waſſerwürmlein ſol man im Sommer / in der hitzigen mittags Sonne fahen / aus den moſigen lettichen waſſern/ fiſchgruben vnd weyhern/ Dieſer aber ſind mancherley/ als ſchwartze/ rote/ grünlecht/ vnd von andern farben/ vnd haben alle etwas gifftiges / ſonderlich die roten mit grünen ſtrichen/ vnd auch die groſſen/ ſo in ſtinckenden pfützen / Morihlen genandt / ſich enthalten / die ſol man bey leib nicht gebrauchen/ Etliche aber haben einen ſcharffen auffgeſpitzten rücken / vnd werden Pferd Ihlen oder Eglen genant/ ſind auch gifftig vnd vndienſtlichen/ Da man aber derſelben brauchen wil / ſol man ſie zuuor in friſch waſſer thun / vnd darein werffen ein wenig kleyen oder bluet / vnd ſie alſo darmit ſpeiſen / ſo verlieren ſie die gifft/ Item/ das glied daran man ſie ſetzen wil/ ſol man zuuor wol reiben/ mit waſſer anfeuchten / vnd kratzen / ſo hangen ſie deſto lieber an. Vnd alſo viel vom aderlaſſen/ ſchröpffen/ vnd Egel anſetzen. Nun wollen wir ferner zu den andern arten der außlehrung vnd reinigung ſchreiten.

Welche waſſerwürmlein dienſtlichen / auch wenn vnnd an welchem ort ſie zu fahen.

Wie man die waſſer egel zubereitē ſol/ ehe man ſie anſetze.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Das XVII. Capittel.

Von reinigung vnd purgiren deß leibes mit Clyſtiren vnd andern dingen.

ES iſt zuuor gemeldet / das / wenn ſich gleich ein menſch auffs meſſigſte helt / dennoch dem leibe vberflüſſige feuchtigkeiten zugefüget werden / vnd da ſolche nicht zu rechter zeit / wie ſichs gebürt / außgeführt werden / ſo kompt der menſch in groſſe gefahr ſeines lebens. Vnd wie nun ſolchen leuten die reinigung des leibes mit purgiren ſehr nützlichen vnd bequem / alſo vnd dargegen ſind ſtarcke vnd hefftige purgationes vnd artzney / beuoraus in der jugendt / gantz gefehrlich vnd ſchedlich / wie ſolches Hippocrates bezeuget / da er ſpricht: Wer in der jugent viel ſtarcke purgierende artzney gebraucht / der wird bald alt / vnd ſtirbt deſto eher / (denn keine hefftig treibende artzney ohne gifft iſt) dieweil ſolche viel geſchwinder ſtulgeng verurſacht / auch den magen vnnd das hertz vberaus ſchwechen / vnd viel lebendiger geiſter mit hinweg nemen / das alſo die jenigen / ſo ſtets hefftige artzney gebrauchen / gemeiniglich von krefften kommen / vnd verdorren / Daher Hippocrates recht geſagt / das dem jenigen / ſo geſundes leibs / das purgieren ſehr gefehrlichen ſey / Darumb ſich alle menſchen für ſtarcker vñ ſcharffer artzney ſonderlich gar wol fürſehen ſollen / Vnd dargegen eine gute diæt oder regiment in eſſen vnd trincken / auch andern dingen / anſtellen / Denn wer das thut / der darff ſich nicht leicht purgiren laſſen. So haben auch viel bier in Sachſſen / Meiſſen

Denen die viel überflüſſige feuchtigkeiten haben / das purgiren ſehr nützlichẽ.

Starcke purgirende dinge jungen leuten ſehr ſchedlichen / dieweil ſolche nicht ohne gifftige qualitet.

Hippo. 2. Aphō. 36. & 37. 4. Apho. 26.

Gute diet beſſer / als viel purgiren.

Meiſſen vnd Düringen dieſe krafft / das ſie den leib offen behalten/ vnd fein linde purgiren/ als das Hamburger vnd Naumburger bier. So pflegen auch die linden ſüplein/ Zwetſchken / Blaukohl vnnd andere zugemüß/ wenn ſolche vor andern ſpeiſen zum anfang geſſen werden/den leib offen zubehalten. Wie deñ auch der alandt vnd Senetwein. Item Senetbletter mit bier oder waſſer vnnd zwetſchken gekocht / vnnd getruncken/ eröffnet auch den leib.

Iuſcula, & liquidiores epulæ.

Alandt vnnd Senet wein.

Senet mit waſſer oder bier vñ zwetſchkẽ zukochẽ.

Derhalben allein die artzneyen zu nemen vnd zugebrauchen (wenn es die not erfordert) die am ſicherſten/ vñ dem leib nicht ſchaden bringen/ als da iſt der Aloës, das Rhabarbarum , Agaricus, Caſſia , Manna, ſaure Datteln/thamarindi genandt/die Myrabolani frucht/ wildt Saffran ſamen / Senetbletter mit jhren correctiuen zubereitet/ nach eines jeden menſchen Complexion/ art vnd gewonheit/ daraus trencke/Latwergen/Clyſtir/ Puluer / Pillen vnd dergleichen zugerichtet.

Etliche ſtück ſo ſanfftiglich vnd ohne gefahr purgirẽ.

Auff das man auch gewiſſe anzeigung vnd merckmahl habe / bey welchem Cörper böſe ſchnöde feuchtigkeiten verhanden / dieſelben außzufüren vnnd hinweg zu purgiren von nöten / wil ich kürtzlich / wie ſolchs vermarckt werden ſol/ anzeigen.

Wenn ſich ein menſch nach zimlicher bewegung ſchwer/ laſs/ matt vnd krafftloß befindet/ im ſchlaff erſchrickt/ oder jhm ſonſt wüſte ding vorkommen/deßgleichen wenn jhm der mund bitter / die zunge gelb wirdt/ ſchawer oder fliegende hitz vnd dergleichen befindet / der ſol ohne verzug / mit raht eines verſtendigen artzts / purgationes gebrauchen.

Merckmal der böſen überflüſſigen feuchtigkeitẽ.

Nun wollen wir auch mit anhengen etliche artz-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

neyen / welche den leib linde eröffnen vnnd erweichen. Item etliche purgationes, die man alle in fürfallenden nöten gebrauchen kan.

Stulzepfflein / ſo auch den kindern zugebrauchen.

Stulzepflein auff mancherley art zuzurichten.

Nemet von einem friſch gebratenen Ey die dotter / beſprenget ſolche mit ſaltz / ſchneidet dann ſolche mit ſampt dem ſaltz in kleine ſtücklein / vnd miſchet es wol durcheinander / Nemet den daruon einer haſelnuß groß / vnd thut es in ein ſubtil tüchlein / bindet es mit einem faden zuſammen / vnd laſt denſelben faden zimlich lang / leget ſolchs dann in heis öhl / vnd zihets wider heraus / vnd ſtoſſet es warm in den affter.

Ein anders.

Machet aus honig / ſaltz / oder eyerdottern vnnd mehl / oder aus geſaltzenem vnd wolgereicherten harten ſpeck / oder aus meuſekoth / oder aus einer vnſchlit kertzen / ein ſtulzepfflein eines fingers lang / vnd kochet gerſten in warm waſſer / ſeihet die brüe abe / vnd thut zucker darzu / vnd trincket ſolche brüe fein warm.

Brü von gekochter gerſtē vnd zucker eröffnet den leib.

Stulzepfflein / welche Heinrich Rautzau vater hat pflegen zugebrauchen / wenn er kranck geweſen.

Nemet honig / ſiedet es zimlich hart / thut darzu weitzen mehl / nemet dann vngeſaltzene butter / beſchmirt damit ein örtlein am tiſch / vnd thut das honig mit dem mehl

mehl darauff / formiret daraus lange ſtulzepfflein / vnd
wenn ſie erkaltet/ ſo leget ſie in öhl/ vnd wenn es die not
erfordert/ ſo nemet eins heraus / vnd ſteckt es ins weide-
fenſter.

Andere Stulzepfflein/ ſo den leib eröffnen.

Nemet einen löffel voll honig / ſiedet ſolchs biß es
beginnet braun zuwerden / laſt dann ein tröpfflein auff
ein kalten ſtein oder zihn fallen/vnd erkalten/ nemet dañ
ſolches herab/vnd ſchnelt daran mit einem finger/wenn
es ſpringet / ſo iſt es recht / thut darzu ein halb quentlein
ſaltz / gieſſet ſolches auff den boden eines vmbgeſtürtzten
mörſels / oder auff einen zinnern teller / ſchneidet ſtück-
lein daruon/ vñ machet daraus ſtulzepfflein/kurtz/lang/
dicke vnd ſtarck / nach eines jeden gelegenheit vnd gefal-
len / thut ſolche / wenn ſie kalt worden / in baum oder
leinöhl/oder in ſchweinen ſchmaltz/vnd alß denn in für-
fallender not gebrauchet.

Sterckere Stulzepfflein.

Nemet honig ij. lot / ſaltz ein halb drittheil eines
quentleins / Species Hieræ picræ ſimplicis aus der A-
potecken j. quentlein / laſt das honig vnnd ſaltz kochen/
wie zuuor gemeldet / thut dann darzu die Species Hie-
ræ, vnd machet daraus ſtulzepfflein In hitzigen fie-
bern ſol man die ſtuelzepfflein von Blau viol honig vñ
ſaltz machen / vnd keine Hieram darzu thun / Vnd da
der leib ja hart verſchloſſen/mag man geſtoſſen klein tau-
ſent gülden kraut gepuluert/ein halb quentlein oder mehr
darzu thun.

Stulzepfflein in hitzigen fibern/ wouon ſolche zuzurichten.

Druckene Stulzepfflein / ſo man mit vber landt nemen kan.

Nemet zwey theil mehl / ein theil ſaltz / honig vnd eyerdotter ſouiel von nöten / das ein teig draus werde/ welgere ſtulzepfflein daraus/vnd laß ſie drucken werden. Wer ſie krefftiger haben wil / der mag einen löffel voll klein tauſentgülden kraut darzu thun.

Von Clyſtirn.

Clyſtirn vnter allen artzneyen die ſicherſten.

Die Clyſtirn ſind die aller ſicherſten artzneyen / ſo ohn alle gefahr vnnd ſchaden / menniglich dienſtlichen/ ja auch alſo nützlichen/ das man ſie in fürfallenden nöten alle wochen ohne ſchaden gebrauchen kan / Denn ſolche mit jhrer ſchlipffrigkeit vnd feuchtigkeit den verſtopfften leib erweichen / die gederm auſſpülen vnd außwaſchen / auch in keiner kranckheit ſchaden thun können / vnd ſonſten viel herrlicher krafft vnd tugenden haben.

Die erfindũg der Clyſtir kompt her võ den Störchen.

Zu ſolchem aber haben anfenglich die Störche vrſach gegeben / wie denn auch das gevögel von natur ſeine artzney hat / alſo auch die Störche / wenn ſie ſich im leib nicht wol befinden/ flihen ſie an das meer/ vnd faſſen des geſaltzenen waſſers in den langen kragen / vnd gieſſen jhnen ſolchs ſelbſt durch den ſchnabel hinden ein/ dauon wird der verſtopffte leib / als durch ein Clyſtir/ wiederumb eröffnet.

Nach dem nun das die Naturkündiger vnd ärtzte geſehen / haben ſie demſelben nachgefolget / vnd dem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

menſchen zum beſten / allerley arten der Clyſtir (als et-
liche ſo erweichen vnd eröffnen / purgiren / ablöſen vnd
abwaſchen/ zuſammen hefften vnd ſtopffen/ die ſchmer-
tzen ſtillen / wie in der Colica vnd im ſtein / vnd dann
etliche ſo da nehren vnd krafft geben) erdacht / darumb
kein menſch ſolch edles vnd nützliches mittel verachten/
viel weniger daſſelbe ſchenden/oder übel daruon redē ſol.

Allerley art vnd wirckūg/ auch nützlicher gebrauch der Clyſtir.

Von haus Clyſtirn / ſo ohne beſchwerung den leib eröffnen.

Da einem eine not anſtöſt / vnd er gerne ein lindes
Clyſtir gebrauchen wolte/den leib damit ſanfftiglich zu-
eröffnen/er aber die Apotecke nicht haben noch erreichen
möchte / oder ſonſt armes vermögens were / der neme
Schöpſſenfleiſch/ kalbfleiſch / kappaunen / arbeis / kü-
chern oder hünerbrüe/ welche er vnter dieſen haben kan/
ſeihe ſie durch ein duppel tüchlein / vnd neme derſelben
ein nöſſel / vnd thue darzu ſchwartzen Thomas zucker/
oder Roſen honig / oder blau viol honig iij. lot / zwo
oder drey friſche eyerdottern / gute friſche vngeſaltzene
butter/ Enten oder Genſe ſchmaltz / oder friſch baum-
öhl vj. lot / ſaltz j. quentlein / miſche ſolchs wol zuſam-
men / vnd ſetze es durch ein beinern rörlein in den hin-
dern/ alſo warm/ wie eine milch zuſein pfleget/ wenn ſie
gemolcken.

Haus Clyſtir ſo leicht vnnd ſanfft purgiren.

Ein ander Clyſtir.

Nim Pappelkraut / Blauviol kraut / Mangolt /
Bingelkraut/jedes anderthalb hand voll/ ſol es auch et-
wan die winde mit zertheilen/ſo thu darzu Camomillen/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſteinklee vnd Dillenkraut/ jedes j. hand voll / koche ſolches mit zwey guter nöſſel waſſers biß auff die helffte/ ſeihe die brühe abe / thue darzu Roſenhonig oder Thomas zucker iij. lot/ eine oder zwo eyerdottern/Camomillen öhl/ blau viol öhl/ jedes iij. lot/ außgezogene Caſſia ij. oder iij. lot / oder lenitiff latwerge florenzolæ auch ſo viel/ ſaltz j. quentlein/ miſche es zuſammen. Wil man es aber krefftiger haben auff die winde/ ſo nim an ſtat der andern latwerge Caſſia vnd Hiera picræ latwergen jedes vj. quentlein / vnd laß das Violöhl daruon / vnd nim vj. lot Camomillen öhl darfür / vnd das des ſaltzes nur ein drittheil eins quentleins ſey / ſolches Clyſtir kan man in den langwirigen fiebern / auch im heuptwehe von kelt vnd pleſt entſtanden/ Item im anfang der Colica, vnd im Steine nützlichen gebrauchen.

Ein ander Clyſtir Henrici Rantzouij.

Nemet Hindleufft wurtzel/ Süßholtz / jedes j. lot/ Endiuien wurtzel ij. quent. Hindleufft kraut / Pappelbletter/ Eibiſch bletter/jeder anderthalb hand voll/Ringelkraut eine hand voll / Hindleufftſamen / Fenchelſamen/ jedes j. quentlein/ Siebengezeiten ſamen/ Leinſamen/ jedes ij. quent. Camomillen blümlein/ ſouiel man mit zween oder drey fingern erhalten kan / dieſe alle ſol man kochen mit drey nöſſel waſſer biß auff ein nöſſel/ ſolches dann durch ein tüchlein ſeihen / vnd darzu thun blau viol öhl iiij. lot / Camomillenöhl ij. lot/ Roſenhonig j. lot/ Thomas zucker j. lot / lenitiff latwerge / Caſſia zu den Clyſtirn bereit/ jedes vj. quent. Solchs alles

wol zu-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wol zuſammen gemiſcht / vnd alſo warm ſetzen laſſen/
als das auge von außwendig erleiden kan.

Endlichen iſt auch diß bey den Clyſtiren zubehal-
ten/ das ob man wol keine gewiſſe zeit/ wenn ſolche dem
menſchen zu ſetzen/ ordnen kan / ſo iſt doch zumercken /
das es am aller bequemſten ſey/die Clyſtir zwo oder drey
ſtunden für der früe oder abendmahlzeit appliciren zu-
laſſen/ vnd ſolche/ wo es anders müglich/ vnd dieſelben
von den verſchloſſenen winden oder vberflüſſigen feuch-
tigkeiten nicht etwa mit gewalt außgeſtoſſen werden/ ei-
ne gantze ſtunde halten. So iſt auch zu mercken / daß
das ſaltz allermeiſt darumb zu den Clyſtirn gebraucht
wirdt / das es beydes die ſtulgeng vnnd das Clyſtir an
jhm ſelbſt wieder zum außgang fördere vnd reitze / Da
nun perſonen / ſo die Clyſtir leicht fahren laſſen / oder
nicht wol halten können / denen ſol man deſto weniger
ſaltz darzu thun/ oder gar dauon laſſen.

Wenn die Clyſtirn geſetzt/vnd wie lang ſie gehalten werden ſollen.

Saltz warumb es zu den Clyſtirn gebraucht wirdt.

Purgier Morſellen / vberaus nützlichen / ſonderlich denen perſonen ſo eckel ſind artzney einzunemen / werden alſo gemacht.

Nemet Aniß ſamen ein dritteil eins quentleins/ Il-
liniſche violwurtzel/ Süßholtz/ jedes zwey drittheil eins
quentleins/ Zimmetrinde/ Neglein/ jedes ein halb quent.
aus der Apotecken Spet. Aromat. roſati Gab. genant
j. quent. der beſten Rhabarbara ij. quent. Dagridij ein
drittheil eins quentl. Dieſe alle wol zuſamen gepuluert/
darzu auch genomen eingemachte Roſmarien blüet ij. q.
des ſchönſten Zuckers x. lot vnd j. quent. laſt ſolches mit

roſen-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

roſenwaſſer zu rechter herte ſieden/ wenn denn der zucker etlicher maſſen erkalt/ als denn die gepuluerten ſtück mit der eingemachten roſmarien blůet thun/ vnd wol vntereinander reiben / vnd nachmals Morſellen daraus machen/ da eine 2. quent. wigt / derer gibt man einer jungen perſon eine/ einem gewachſenẽ zwo oder gleich drey/ darnach er hart zugewinnen.

Eine gute purgierende artzney / ſo des Königs Friderici in Dennemarck Medicus geordnet / welche der König ſelbſt / vnd viel vom adel haben pflegen zugebrauchen.

Nemet gute friſche Alexandriniſche Senetbletter/ von den ſtielen gereiniget/ der beſten außerleſenen Rhabarbara / jedes ij. quent. deß weiſſen Agarici iij. quent. außgebiſſene Zimmetrinde iij. lot: Dieſe alle ſol man 12. ſtunden lang in 2. nöſſel warm gemachten guten Reiniſchen wein einweichen / nachmals durch ein laugenſecklein/von weiſſem tuch gemacht/ ſechs oder ſieben mal vbergieſſen vnd durchlauffen laſſen / vnd dann mit einem halben pfund ſchön weiſſen Zucker abſüſſen.

Damit man aber deſto beſſer verſtehen möge / wie dieſe purgirende artzney recht zuzurichten ſey/wil ich ſolches alhie eigentlich erkleren vnd anzeigen.

Nemet der kleinen außerleſenen vnd grünen Senetbletterlein/ der beſten Rhabarbara/nicht geſtoſſen/ ſondern mit einem ſcharffen meſſer klein zerſchnitten / deß Agarici/ ſo ſchön weiß/ vnd nicht etwan ſchwartze oder gelbe fleck habe / ſolcher ſol auff einem reibeiſen oder raſpel klein gerieben werden / die Zimmetrinde aber ſol

gröblich zerſtoſſen werden: Dieſe alle ſol man als dann in einen verglaſurten topff thun / darüber 2. nöſſel Reiniſchen wein gieſſen / ſolches in warme aſche / oder auff einen warmen ofen ſetzen / vnd zwölff ſtunden lang ſtehen laſſen/doch wol verdeckt/ dann abnemen/vnd durch ein wüllen ſecklein (wie oben gemeldt) ſeihen/ nachmals deß allerbeſten weiſſten zuckers ein halb pfund darunter miſchen. Wer ſich nun mit ſolchem purgierenden wein wil reinigen / der ſol ein halb nöſſel auff ein mal daruon gieſſen/ warm machen/ vnd deß morgens trincken.

Es iſt ein ander artzt geweſen/der hat ſolche artzney in einen purgirenden ſafft/ ſo ſich ein zeitlang helt / auff nachfolgende weiſe verwandelt:

Nemet friſche außerleſene Senetbletter ohne ſtiel iiij. lot / der beſten Rhabarbara iiij. quentl. deß ſchönen weiſſen Agarici viij. quentl. außgebiſſene Zimmetrinde vj. lot / auſſerleſene Cubeben j. quentl. Fenchelſamen/ Aniß ſamen/ jedes ij. quentlein/Indianiſche Spica ein drittheil eins quentl. guten weiſſen Ingwer ein halb qu. deß beſten Reiniſchen weins ſieben nöſſel: Dieſe alle ſol man in ein ſtarck glaß thun/ dann ſolch glaß in ein köſſlein mit waſſer ſetzen / vnd fewer darunter machen / ſolches in dem glaſe ſechs ſtunden lang kochen laſſen / vnd wol verwahren / das es nicht vmbfalle / vnd wenn es dann ſatt gekochet/ ſol man es als dann 12. ſtunden ſtehen / vnd erweichen laſſen / dann wol außdrucken / vnd durch ein rein wüllẽ ſecklein ſechs oder ſieben mal durchſeihen / dann darzu thun ſchönen weiſſen zucker / ſo zergangen anderthalb pfund / ſolches zuſammen vber einem gelinden fewer zu einem ſaffte anzihen. Von dieſem ſaffte gibt man einem alten erwachſenen menſchen

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

auff ein mal viij. lot/ einem jungen aber iiij. lot/ oder ſo viel löffel voll. Vnd weil auff ein nöſſel dieſes Syrups nur iiij. quentlein purgirender ſtück kommen/ ſo können viij lot oder löffel voll nicht ſonderlich hart purgiren.

Purgirende Roſinlein.

Purgirende roſinlein.

DIeweil auch viel leute/ jung vnd alt/ für andern purgirenden mitteln eine abſchew haben/ pflege ich vnterweilens denſelben auff nachfolgende weiſe purgirende roſinlein zuzurichten.

Nemet außerleſene Senetbletter ij. lot/ Zimmetrinde/ kremerneglein/ jeder j. quentlein/ Ingwer j. drittheil eins quentleins/ zehen groſſe Zwetſchken ohne kern/ thut ſolches zuſammen in ein töpfflein/ gieſſet darüber j. nöſſel waſſer/ laſſet es zuſammen bey gelindem fewer ſanfftiglich biß auff den halben theil einkochen/ ſetzt es wol verdeckt hin/ vnd laſſets 3. ſtunden ſtehen/ als denn machet es wieder warm/ vnd ſeihet die brüe rein abe/ Nemet dann der kleinen roſinlein/ ſo von den ſteinlein rein gemacht/ vnd mit wein wol abgewaſchen/ x. oder xij. lot/ gieſſet ſolche brüe darüber/ vnd ſetzet ſie wol verdeckt an einen warmen ort/ wann ſich dann die roſinlein gar voll von der brüe gezogen/ vnd dicke auffgeſchwollen/ ſo nemet ein weit glaß oder ander gefeß/ thut eine ſchicht zucker/ vnd denn eine ſchicht roſinlein darein/ biß dieſelben alle werden/ ſo ſind ſie als dann fertig.

Balſam Aloes.

Alſo iſt auch gar eine nützliche vnd herrliche artzney den leib ſanfftiglichen zueröffnen/ der Balſam Aloës, zwo oder drey ſtunden für der mahlzeit gebraucht/ dienet für das fieber/ bauchgrimmen/ waſſerſucht/ gelbſucht/ Melan-

Melancholey / für gifft in Peſtilentz zeiten / vnd andern viel dingen mehr / auff einmal ij. oder j. quentlein / oder ſo es junge perſonen / ein halb quentlein eingenommen / Vnd wil ſolchen alhier / jedermenniglich zu gut / auch zurichten lernen.

Nemet des beſten gelben Aloepatick ein halb pfund / ſtoſſet ſolchen gar klein / vnd gieſſet darüber ein vierteil pfundes des beſten Roſenwaſſers / ſetzt ſolches zu einem gelinden fewer / vnd laſt es ſanfftiglich zergehen / doch mit ſtetem vmbrüren / wenn es denn biß auff den dritten theil eingeſotten / ſo nemet es wieder vom fewer / vnd laſts eine ſtunde oder lenger wolverdeckt ſtehen / als denn werdet jhr den Balſam des Aloes wie öhl oben ſchwimmen ſehen / gieſſet dann ſolchen Balſam in ein glaß fein rein abe / auff die höfen aber gieſſet wieder viij. lot Roſenwaſſer / vnd laſt es / wie zuuor gemeldet / beim fewer ſanfftiglichen / mit ſtetem vmbrüren / biß auff den dritten theil einkochen / laſt es ſo lange / wie zuuorn geſchehen / ſtehen / vnd gieſſet als dann das öberſte wieder rein abe / das thut drey mal / Nachmals ſchüttet die höfen gantz hinweg / nemet als dann das abgegoſſene / thut es in ein gelb verglaſurt töpfflein / ſetzet es zum fewer / vnd laſts ſo lang / als man ein ey zu ſieden pfleget / kochen / dann hebts vom fewer / vnd ſcheumets / ſetzt es wieder zum fewer / vnd machts eben wie vor / das thut ſo lang / biß es wird wie ein dicker ſafft / ſo iſt der Balſam fertig.

Eine ſehr gute Latwerge zum ſtulgang.

Nim einen guten topff mit Zwetſchken / iij. oder iiij. pfund / vnd geus wein daran / laß ſie darmit wol ſieden /

 biß ſie

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

biß ſie weich werden/ darnach in einen durchſchlag/ vnd ſchlahe ſie durch / dann koche die brüe von den zwetſchken / das ſie wird wie eine latwerge / vnd wenn ſie gnug geſotten hat / ſo nim ſie vom fewer / vnd thue darein ein lot Rhabarbara/ Senet iiij.lot/ Zimmetrinde j. lot/ alles klein gepuluert. Es muß aber dieſe latwerge mit weiſſem Hutzucker zu erſt abgeſotten werden / ehe man die Senet vnd Rhabarbara gepuluert darein thut.

Eine geringe artzney zum ſtulgang.

Ein armes aber / ſo ſolche Latwerge vnnd andere ding/ zum purgiren nützlichen/ nicht erreichen noch haben kan/ vnd gleichwol auch für die hartleibigkeit gerne guten raht haben möchte / Das ſol fünff oder ſechs feigen nemen/ darein thun außgehülſten wilden ſaffran ſamen/ ſolche dann des morgens / oder kurtz vor der mittags mahlzeit/ eſſen/ eröffnen den leib fein gelinde.

Ein köſtlich Purgier puluer für die armen/ ſo die Apoteck nicht haben können.

Nemet Senetbletter ohne ſtiel vj. quent. des beſten Turbit rein geſchabet iiij. quent. der beſten Rhabarbara ij. quent. Süßholtz rein geſchabet/Fenchelſamen/Aniß ſamen/ jedes j. quent. Indianiſche Spica ein halb drittheil eins quent. mit einer ſcheren gar klein zerſchnitten/ ſolches zuſammen geſtoſſen / vnd durch ein klein ſieblein geſchlagen/Diß puluer purgirt gar gelinde/vnd ohn alle gefahr/ das heupt/die bruſt/den magẽ/reiniget auch das geblüte/ kan gegeben werden in heuptwehe/ von ſchleim vnd gall entſtanden / auch in bruſtbeſchwerungen / verſtopffung des leibs / in vermiſchten fiebern / Item fürs ſeitenſtechen / von winden entſtanden / fürs keichen vnd

böſen huſten/ einem erwachſenen anderthalb oder gleich ij. quentlein / einem jungen j. quent. einem kinde von 10. oder 11. jahren ein halb quentl. einem jüngern ein drittheil eins quent. dauon eingegeben.

Man möchte auch wol zu ſterckung vnd geringer reinigung des Magens vnterweilens AloePhangin pillen / Item de Hiera ſimpl. ſeu cum Agarico, oder pill. Maſtichinas, vnd de tribus ex aloë, Rhabarb. vnd Agarico gebrauchen / oder der Pillen Stomachicæ Alkindi genandt. In ſterbens zeiten aber die peſtilentiales alleine / oder mit den Aloëphanginis vermiſchet/ Dieſe alle ſind ſine cuſtodia, das iſt / zu jeder zeit ohne gefahr zu nemen.

Pillē ſo man ohne alle gefahr / in acht oder 14. tagen ein mal nemen mag.

Ein ſtarcke Purgierlatwerge.

Nemet der Latwerge in der Apotecken/ Electuarij Roſati genandt iij. quentlein / Diaprunis laxatiui, Diaphæniconis, jeder ij. quentlein / geſtoſſen weiſſen zucker viij. quentlein / miſchet die latwergen zuſammen/ vnd walgert ſie in den zucker.

Ein Purgiertrencklein.

Nemet außerleſene gute Manna vj. quentlein/ gute Rhabarbara zwey drittheil eins quentl. Spec. Hieræ picræ ſimpl. ein halbe ſcrupel/ Endiuien waſſer viij. lot/ Ochſenzungen ſafft mit zucker abgeſotten j. lot: Dieſe alle wol zuſammen gemiſcht / in einem mörſel / vnd ein trâncklein daraus gemacht.

Es tregt ſich auch offt zu/ das der menſch offtmals ſo ſehr verſtopfft wird/ das jn der vorgezeichneten ſtücke keines

keines aufflöſen noch ſtulfertig machen kan / vnd wenn ſolches geſchicht / ſol man demſelben mit einem Clyſtir zu hülffe kommen. Item ſo tregt ſich auch zu/das in der Colica vñ bauchgrimmen (ſonderlich wenn die ſchmertzen im vntern gederm ſind) die purgationes, ſo oben eingegeben/ wenig außrichten / darumb man viel bequemer Clyſtir in ſolchen fellen gebrauchen kan / derer beſchreibung nachmals von den ärtzten zu erlangen / oder aber in ſolchen fellen erſtlichen der gelinden hausClyſtir / dauon droben meldung geſchehen / eins zugebrauchen. So tregt ſichs auch ferner offt zu / das die außtreibende krafft im menſchen ſchwach / vnd die beygebrachten Clyſtir auch im leibe ſtecken bleiben / Wenn ſolches geſchicht / ſol man vnuerzüglichen ein ſcharff ſtulzepfflein aus der Apotecken holen laſſen/ vnd ſolches in den hindern ſtoſſen / daruon wird auffs new facultas excretoria, die außtreibende krafft excitiret vnd angereitzt / auch das eingebrachte Clyſtir vnd andere ſchedliche feuchtigkeiten außzutreiben verurſacht.

Das XVIII. Capittel.

Vom erbrechen vnd dawen.

Vndawen/ſo es vnterweilẽs geſchicht/ nicht vndinſtlichen.

Was das erbrechen vnnd vndawẽ ſey/ vnnd was es nütze.

DAs erbrechen / ſo es in einem jahr nicht zuuiel geſchicht/ iſt gantz dienſtlichen/ gute geſundheit zuerhalten / dann ſolches nichts anders iſt / als eine außleerung vnd ausſtoſſung durch den mund der vnfletigen materien deß Magens/ als da iſt/ zeher vngedawter ſchleim / gall / auch rotziger vnd gelber vberfluß deß Magens / wird auch vnter allen arten der außtrei-

bung

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

bung vnd purgirung für die nützlichſte vnd geſündeſte
geacht / denn ſie treibet aus die ſündhafftigen feuchtig=
keiten / aus den rechten orten / da ſie ſitzen / vnd nimpt
hinweg allen wuſt vnd ſchleim / der ſich in der weite deß
magens verhalten / vnd in deß magens runtzeln ange=
henget hat. Vnd ob wol ſolches erbrechen erſtlich dem
magen vnd vntern teil zum beſten bekompt/ſo iſt es doch
nicht ohn/ das ſolches auch dem heupt vnd andern glie=
dern deß leibs dienſtlichen / vnd ſolche dadurch erleich=
tert/ das geſicht geſtercket / die vnluſt zum eſſen wegge=
trieben wirdt/ vnd iſt der ſchwerledigkeit detz leibes nicht
vnbequem / Ja was offt durch purgiren nicht kan weg=
gebracht werden / das geſchicht durchs erbrechen / vnd
wer ſich mit freſſen vnnd ſauffen vberladen / dem wirdt
durch erbrechen wiederumb geholffen / Vnd im Som=
mer wird der leib durch das erbrechen durchaus gereini=
get / im Winter aber wird der kalte / rotzige / vnfletige
ſchleim außgebrochen / vnd der Magen fein dauon pur=
giret. Darumb Hippocrates, denen ſo ſich leicht er= Hipp. lib. 1. de rat. victus.
brechen können / vnd deſſelben gewohnet / trewlichen
rahten thut/ das ſie ſich monatlichen zwene tage anein= Monatlichen ſol man ſich zwey mal vndawen.
ander vndawen ſollen/ auff das alſo/was den erſten tag
ligen blieben / vnd nicht gar weggebracht worden / den
andern tag vollend mit dem erbrechen geſchehen möge.
Es gedencket auch Diodorus mit dem Herodoto, das
die Egypter vnd Chaldeer ſich alle monat drey tage an= Egypter vnd Chaldeer gebrauch mit dem vndawē.
einander mit dem erbrechen zu reinigen pflegen / vnd
nachmals die gederm mit Clyſtirn ausſpülen / alles dar=
umb/das ſie dardurch gute geſundheit zuerhalten geden=
cken/ denn ſie achtens darfür/ das alle kranckheiten vnd
beſchwerung des leibes entſtehen von der enderung der

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Wie das erbrechen zufördern.

ſpeiſe vnd der lufft. Da nun einer einen grawen vnnd eckel hat / vnd ſich doch nicht erbrechen kan / der ſol warm waſſer mit ſaltz vnd butter trincken / nachmals den finger in hals ſtecken / vnd ſich zum kotzen nötigen/ Denn ſo die ſpeiſe im magen eine böſe vnart vnd qualitet an ſich genommen/ vnd darinnen verharret/ zerſtöret ſie den leib/vnd verurſacht eine kranckheit. Wer ſich nun leicht vndawen wil/ der ſol zuuor den Syrupum acetoſum oder das Oximel iiij. lot oder löffel voll nemen/ vnd darauff warm waſſer mit butter vermiſcht trincken/ oder aber das nachfolgende erbrechträncklein zu ſich nemen/ vnd ſich darauff zum erbrechen nötigen.

Ranzouius ſagt / wenn er ſey zu gaſte gebeten worden / vnd den Magen mit bier / wein vnd mancherley koſt vberladen / hab er bißweilen der natur mit vberfüllung etwas nachgelaſſen / auff das er ſolches alles mit dem erbrechen hab deſto eher können wegbringen/ nachmals einen finger in hals geſtackt / vnd alſo das erbrechen prouociret / Welches denn zu ſolchem handel nicht vndienſtlichen / Denn alle die / welche die Cruditates vnd böſen ſchleim baldt vnd ohne beſchwerung aus dem Magen bringen wollen / die ſollen das erbrechen nach eingenommener ſpeiſe anſtellen/auch ſollen ſie mancherley koſt durcheinander eſſen / dann durch ſolche diuerſitet vnd menge der ſpeiſe werden die phlegmata vnd grobe zehe feuchtigkeiten deſto eher abgelöſt vnd zertheilet/ vnd deſto leichter vnd bequemer ohn alle gefahr außgebrochen. Das erbrechen aber ſol man verurſachen an einem warmen ort / vnd nach dem erbrechen das gantze angeſicht vnd die augen mit roſenwaſſer wol waſchen/ den mund vnd die zeene aber mit waſſer / darunter ein

Was nach dem erbrechē zu thun.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wenig eſſig vermiſcht / oder aber roſenwaſſer vnd ein we⸗
nig eſſig nemen / vnd den mund darmit ausſpülen / vnd
den lincken daumen in die flache hand legen / vnd dar⸗
auff krauſemüntzen oder quittenſafft / oder ein trüncklein
Poley oder krauſemüntzen wein / oder ſonſt andern guten
wein zu ſich nemen / das ſtercket den Magen wieder.
Es iſt auch viel beſſer / nach dem erbrechen gebratnus /
dann geſottenes geſſen / doch nicht zuuiel. Nun folgen
etliche ſtücke / damit man das erbrechen deß magens kan
zuwegen bringen.

Nemet Dillenſamen / Miltenſamen / Rettichſa⸗
men / jedes iij. quentl. Brunnwaſſer anderthalb nöſſel /
kochet ſolches zuſammen biß auff ein nöſſel / dann durch
ein tüchlein geſeihet / vnd den halben theil eingenommen /
doch zuuor warm gemacht / Da nun ſolches eine halbe
ſtunde im magen geweſen / vnd das erbrechen darauff
nicht folgen wolte / ſo ſol man alßdann einen finger oder
feder in öhl tauchen / vnd in den hals ſtecken / vnd alſo
anreitzung geben / ſo wird das erbrechen bald erfolgen.

Ferner kan man auch das erbrechen ohne groſſe be⸗
ſchwerung alſo prouociren: Nemet von dem groſſen
nußbaum die mittelrinde an der wurtzel / ſchneidet ſie in
kleine ſtücklein / vnd nemet der ij. oder iij. quent. laſt ſie
in einem halben becher voll weiſſen weins eine gantze
nacht erweichen / ſeihet dann den wein rein abe durch ein
tüchlein / vnd gebts dem erbrechenden früe nach der ſpei⸗
ſe / wie zuuorn gemeldet / oder kurtz zuuor / ehe er eſſen wil.

Von der mit⸗
telrinde der
wurtzel des
nußbaums
eine erbre⸗
chung zu ma⸗
chen.

Das erbrechen aber / das mehr als zweymal in ei⸗
nem Monat geſchicht / vnd einem ſchwer ankompt / iſt
ſehr ſchedlichen / ſonderlich denen / ſo eine enge bruſt ha⸗
ben / vnd zum blut außwerffen geneigt ſein / denn das

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

erbrechen der bruſt/ dem gehör/augen/zeenen vnd heupt gantz ſchedlichen / wo der Magen nicht vrſache darzu gibt. Das erbrechen aber / ſo es zu der zeit geſchicht/ wenn die natur mit der kranckheit ſtreitet / vnd ſich der krancke auch wol darnach befindet / das iſt gar gut / Aber wenn es geſchicht in Peſtilentz fiebern / ſo iſt es gemeiniglich böſe vnd tödtlichen.

Hefftiges vndawen / wie es zuſtillen.

Do ſichs aber zutrüge / das einem aus blödigkeit des Magens ein hefftig erbrechen ankem / vnd er weder ſpeiſe noch tranck behalten köndte / auch die krefſte daruon gantz vnd gar hinfellig würden / ſol man ſolchem die füſſe im warm waſſer ſetzen / nachmals die ſchenckel vnd arme reiben / vnd mit Salbendern binden / auch wolriechende krefftige ding für die naſe halten / Vnd da alß dann das erbrechen daruon auch nicht nachlaſſen wolte / ſol man auff des magens mundloch einen windkopff ſetzen / wie auch dauon zuuor im 15. Capittel meldung geſchehen. Item/man neme rote Roſen/rote Corallen / jedes gepuluert j. quentl. Maſtix gepuluert ein halb quentl. ſolches alles zuſammen gemiſchet / auff ein warm geröſt brod geſtrewet / vnd ſtets für den mund gehalten. Oder nemet einen ſchnitt gebehet brodt/ klein zerſtoſſen/ darzu geſtoſſene Neglein/Muſcaten nuß vnd Zimmetrinde gethan / mit Maſtixöhl zu einem plaſter angefeuchtet / denn warm auff ein leder geſtrichen / vnd vber den Magen gelegt / Oder aber da Emplaſtrum de cruſtæ panis Montaganan[æ] auffgeſtrichen vnd vbergelegt.

Das XIX. Capittel.

Vom waſſer vnd harm.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

NAch dem das waſſer nicht vnbillichen vnter die geſchlecht vnnd art der euacuation vnd außlehrung von den ärtzten gezogen wirdt / als haben wir beſchloſſen/ daruon auch ein wenig was zuerinnern.

Es iſt aber der harm oder das waſſer nichts anders/ als das abgeſonderte molckichte theil von dem gantzen geblüt des menſchen / welches ſo es zu den Nieren gezogen / vnd allda ſich durchleſſet / nachmals durch die waſſergeng zur blaſen kömmet / wirdt es als denn harm oder waſſer genandt. Dieweil aber ſolches ein vberfluß iſt / ſol man das waſſer / ſo offt es die natur erfordert/ hinweg laſſen/ vnd keines weges verhalten/ Ja wo auch die natur in jhrem ampt nachleſſig were / vnd daſſelbe hinweg zu laſſen nicht anreitzung geben würde/ ſol man ſich darzu nötigen / damit der harm aus der blaſe gebracht werde / denn wo ſolches vber die gewöhnliche zeit nicht abgeſchlagen wird/ſo erfolgen mancherley ſchmertzen / vnd wird daruon die waſſerſucht / der nieren vnnd blaſenſtein verurſacht.

Was der harm oder das waſſer ſey.

Den harm ſol man nicht verhalten.

Vnd nach dem am beſehen deß waſſers (das man wiſſe / welches gut oder böſe ſey) nicht wenig gelegen/ vnd keins weges zuuerwerffen / als wollen wir auch dauon etwas melden.

Erſtlichen/ſo man eines waſſers rechte eigenſchafft (ob es gut oder böſe) wiſſen vnd verſtehen wil / ſo muß man vier ding in guter acht haben. Als zum erſten/das man das waſſer zu rechter zeit fahe / nemlich / wenn die dawung vnd kochung deß magens vollbracht worden / welches geſchicht des morgens/ vngefehr vmb 3. vhr.

Des harms rechte eigenſchafft wirdt aus vier ſtücken erkandt.

Zu welcher zeit der harm zulaſſen.

Zum andern / das man auch nicht ein teil des waſſers/ ſondern vollkömlich den gantzen ſchoß auffahe vnd iudicire.

Harm ſol vollkömlich gelaſſen werdē.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Harm ſol nit lang ſtehen / noch zu bezeit iudicirt werden.

Zum dritten / das man ſolches nicht ein ſechs ſtunden oder lenger ſtehen laſſe / ehe man es beſichtige.

Zum vierden / das man auch daſſelbe / ſo baldt es gelaſſen/nicht iudicire / ſondern wenn es ſich zuuorn wol in dem vrinalglaß oder Matula geſatzt habe / vnd das man es darneben nicht viel bewege / oder die kelt vnnd winde darein fallen laſſe / Darumb ſo bald das waſſer gelaſſen / ſol man das Vrinalglaß fein zuſtopffen / vnd das waſſer an einen warmen ort ſtellen / da es nicht viel möge bewegt werden.

Beſchreibūg eines guten geſunden harms.

Wil man nun wiſſen / ob das gelaſſene waſſer gut ſey / ſo iſt diß fürs erſte zumercken / das ſolches nicht zu dünne oder zu dicke ſey an der ſubſtantz.

Zum andern ſol auch in der quantitet das waſſer dem jenigen antworten / was vnd wieuiel man getruncken/ vnd alſo deſſen in der proportion nicht mehr oder weniger ſein.

Zum dritten / ſol ſich ſolch waſſer am Vrinalglaß oder kammertöpfflein nicht anhengen.

Zum vierden / ſol das waſſer an der farb goldtgelb oder ſaffrangelb ſein / doch nach der perſon alter vnd geſchlecht / ſintemal der alten jhr waſſer anders iſt / denn der kinder/ deßgleichen auch der weiber vnd jungfrawen waſſer anders iſt / dann der Mansperſonen. Gleicher geſtalt haben die waſſer im Lentzen viel andere farben als im Sommer/ vnd im Som̃er anders dann im Herbſt/ im Herbſt anders denn im Winter.

Zum fünfften / ſol das jenige / ſo ſich vnden im harmglaſe geſetzt (welches die gelehrten Sedimentum nennen) zimlich weiß / gleich beyſammen / vnd leichte ſein / doch vnzertheilet. Kürtzlich zureden / ſo ſol ein geſundt

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſundt waſſer ein fein klein weiß ſubtil wölcklein haben/ ſo fein beyſammen / vnd nicht hoch vberſich ſteiget/ dañ wo an ſtat der wolcken/ haar/ bleßlein oder ſonſt andere vnreinigkeit vnden am glaſe geſpůret wirdt / ſo iſt das waſſer nicht gut.

Wo nun das waſſer weiß / wie ander ſchlecht waſſer/ oder als kofent erſcheinen wůrde/gibt es anzeigung/ das viel vngedawter feuchtigkeiten (ſo man Cruditates nennet) verhanden / vnd das auch die dawende krafft ſchwach ſey.

Weiſſe vbelgeferbte waſſer / was ſie bedeuten.

Iſt aber das waſſer ſehr roth/ bedeutet es vnnatůrliche hitz. Wo es aber ſchwartz / zeiget es an eine außleſchung der natůrlichen werme/ vnd ſolch waſſer iſt gemeiniglich tödtlichen/ wie denn auch die grůnen waſſer/ Es were dann/ das jemandt mit dem quartan fieber beladen / vnd ſolche waſſer im ende deß fiebers erſcheinen/ oder aber in andern Melancholiſchen vnd miltzſůchtigen kranckheiten/ bedeuten ſie offt geſundheit/Alſo auch im lenden vnd Nierenſtein pflegen ſolche waſſer bißweilen geſundheit anzuzeigen.

Roter harm.

Schwartzer harm.

Wo auch oben auff dem waſſer viel gantzer bleßlein geringſt herumb vermarckt werden / bedeuten ſolche wehtagen deß heupts/vnd je mehr dieſelben bleßlein rötlich erſcheinen / je gröſſern wehtagen des heupts ſie vermelden/ Da aber ſolche gar weiß/ bedeuten ſie geringern wehtagen.

Bleslein im waſſer / was ſie bedeuten.

Der geſunden waſſer iſt gemeiniglich klar / vnd bleibt alſo/ wie es gelaſſen worden / in welchem auch eine geringe wolcken/aller ding wie im roſenwaſſer/wenn ſich daſſelbe geſetzt. Vnterweilens wird das waſſer klar gelaſſen / vnd ſetzt ſich nachmals zimlichen / ſolchs bedeut/

Harm ſo anzeigt/das die dawung nit verbracht.

Dicke vnnd trübe waſſer was ſie anzeigen.

deut/ das die dawung nicht vollbracht. Wenn aber das waſſer nicht klar/ ſondern dicke gelaſſen wirdt/vnd bleibet alſo/ bedeut es/ das der menſch vngeſundt vñ kranck/ Bißweilen wird das waſſer plötzlichen trübe / ſonderlich bey geſunden perſonen / ſolches iſt ein anzeigung / das die perſon hefftige arbeit gethan / oder zimliche bewegung vnd übung gehabt/Bey krancken aber werden dergleichen waſſer / wenn die kranckheit nachleſt / offt geſehen. Wenn man gezecht / vnd mit einem trunck ſich beladen hat / ſo pflegen die waſſer erſtlichen gar klar zuſein/ nachmals aber ſetzen ſie ſich.

Wie der trunckenen harm geſtalt.

Sandt im harm was er anzeiget.

Wann im waſſer kleiner weiſſer oder roter ſandt/ bißweilen aber grob oder ſtückweiſe vnden im harmglaſe geſpüret wirdt/ ſo bedeut ſolches / das die perſon entweder mit dem lenden oder blaſenſtein wird beladen werdẽ.

Harm darinnen fettigkeit ſchwimmet / was es bedeute.

Würde ſich auch zutragen/das oben auff dem waſſer viel fett/ wie auff einer ſuppen/ſchwimmen / vnd wie ein kancker geweb ſich darüber zihen / vnd ein zeitlang alſo vermarckt würde/ bedeut es / das der leib gantz vnd gar in ein abnemen vnd ſchwind fieber gerahten / Wo aber ſolches mit dem waſſer ſich nicht offt vnd teglichen zutrüge/ ſondern plötzlich vnd heuffig ſich erzeigete / bedeut es kranckheit der Nieren / oder aber das von den Nieren das fett ſchmeltze/ vnd ſolche endlichen auch angegriffen werden möchten.

Das XX. Capittel.

Vom ſchwitzen.

Schweiſſes nutzbarkeit/ vnd was er ſey.

DIeweil auch des ſchweiſſes nutzbarkeit groß iſt/ ſintemal er die böſen vberflüſſigen feuchtigkeiten/ſo

ten / ſo im leibe ſtecken / durch die dampfflöchlein der haut außzeucht vnd verzehret / auch kalte vnd weſſerige feuchtigkeiten verkochet vnd verdawet / vnd wie Galenus ſaget / ſo iſt der ſchweis eine leuterung der überflüſſigen feuchtigkeiten/ ſo in dem blute ſtecken. So iſt auch der ſchweis in der Peſtilentz zufördern (dieweil zu der zeit die gifftige feuchtigkeit den leib inwendig eingenommen) zum höchſten nötig / dann je mehr der ſchweis in ſolchen fiebern gehet / je mehr die geſundheit zuverhoffen iſt: als wollen wir anzeigen/durch was mittel vnd wege der ſchweis mag getrieben vnd befördert werden.

Schweis in Peſtilentz fiebern nützlichen.

Erſtlichen/geſchicht ſolches mit erfewerten ſteinen/ wenn man ſolche mit wein begeuſt/vnd wickelt ſie nachmals in ein tuch / vnd leget ſie zu den inficirten. Zum andern geſchicht es mit dem erhitzten Meerſandt/in welchem die Cörper / ſo voller böſer vnartiger vnd kalter feuchtigkeiten ſtecken/ gelegt/ vnd darmit bedeckt werdē. Zum dritten / wirdt auch der ſchweis erfordert von der hitzigen Sonnen/ wie dann den waſſerſüchtigen ſolcher ſchweis nicht vndienſtlichen. Zum vierden / wirdt der ſchweis pronocirt vnd gefördert durch warme tücher / auch hefftige bewegung vnd übung des leibes / Dann diß der werme art / das ſie erweitert / eröffnet / heraus fördert / an ſich zeuht / zertheilet / das alſo der ſchweis erfolgen muß. Zum fünfften / kan auch der ſchweis durch drockene vnd feuchte behung gar wol gefördert werden. Durch drockene behung / als das man ſecklein mit herſchen / ſo heis gemacht / erfüllet / oder kleien mit ſaltz in einem tiegel röſtet/ in ſecklein thut / vnd zum leibe gebrauchet / Item warm brodt/ wie es aus dem ofen kompt/ zwiſchen die arm vñ beine leget/oder ziegelſteine/

Durch waſerley mittel der ſchweis mag gefördert werden.

Drockene behung.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

kupffer/ eyſen erfewert/ vnd dann tůcher darůber ſchlegt.

Feuchte behung.

Feuchte behung aber geſchicht / wenn man eine blaſe oder pflaſchen von zihn / blech / oder von irdenen gefeß mit heiſſem waſſer erfůllet / ſolche feſt verbindet / vnd an den leib leget. Hieher gehöret auch / den ſchweis durch baden zuerwecken / Weil dann ſolches auff mancherley weiſe geſchicht/ wird ſolches an ſeinen ort geſtellet. Endlichen wird der ſchweis erwecket mit einnemung etlicher dinge/ als Theriack vnd Methridat/ daruon nachmals auch meldung geſchehen wirdt.

Dieſe arten/ den ſchweis zubefördern (wo ſie nůchtern vor der ſpeiſe / im beſchluß vnd endung der kranckheiten/ vnd wenn der leib zuuor von anderm wuſt gereiniget vnd außgefůrt worden/ gebraucht vnd vorgenommen/ auch mit maſſen angeſtelt werden/ damit die kreffte dardurch nicht zerſtrewet / vnd der krancke in gefahr ſeines lebens gefůret wirdt) haben ſolche vberaus groſſe krafft/ vnd nemen viel kranckheiten hinweg.

Natůrlicher ſchweis von meſſiger ůbung der geſůndeſte.

Es iſt aber diß der beſte ſchweis / der von meſſigem reiten / jagen / vnd von bewegung oder ůbung deß gantzen leibes entſtehet/ Vnd ſo ein ſchweis nach der ůbung oder reibung erfolget / ſol man denſelben mit warmen tůchern abetreugen/ vnd kalte örter meiden/ den leib mit
›› kleidern warm halten / Denn ſich aus der werme vnnd
›› außgetrettenen ſchweis in gelinge kelte zubegeben / iſt
›› ſehr gefehrlichen.

Guter ſchweis.

Es iſt auch diß allhier mit anzumelden / das man aus dem ſchweis könne prædiciren vnd zuuor ſagen / nemlich/ das dieſer ſchweis / ſo warm vom heupt anhebet/ vnd fleuſt vber den gantzen leib / fůr gut vnd nůtzlichen zuachten / vnd geſchicht in ſcharffen gefehrlichen

kranck-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

franckheiten/ gleich auff die tage/welche gute anzeigung der geſundheit geben / vnd von den ärtzten dies Decretorij genandt werden / dauon zu ende des 26. Capittels weiter meldung geſchicht.

Dargegen aber / wo ſich kalter ſchweis allein vmb den kopff / angeſicht oder genücke erzeiget / ſo iſt er ſehr böſe/ vnd verkündiget den tod. In andern franckheiten aber/ ſo nicht ſo ſcharff vnd gefehrlichen / ſich gleichwol ein ſolcher ſchweis / wie jetzt gemeldt / vermercken leſt/ bedeutet er langwehrende kranckheit.

Böſer ſchweis.

Das XXI. Capittel.

Vom baden.

NAch dem das baden nicht vnbillich vnter die außlehrung vnd reinigung begriffen wirdt / dieweil es/ wie Galenus bekent/ durch die haut den gantzen leib leichter mache / als wil vns nicht gebüren / das wir ſolches an dieſem ort mit ſtillſchweigen ſolten vbergehen.

Es ſeind aber bey vns in Deutſchlanden zweyerley art vnd geſchlecht der bade / nemlich / natürliche / vnd zubereitte bade.

Zweyerley art der bade in Deutſchlanden.

Die natürlichen vnd heilſamen warmen bade kommen vnd entſpringen aus hohen bergen. Weil aber derſelben bey vns nicht anzutreffen / ſo wollen wir von ſolchen zu reden nichts fürnemen / ſondern wer deren vrſprung / wirckung/ krafft/ natur vnd eigenſchafft/ auch wie ſie gebraucht werden ſollen / wiſſen wil / denſelben wollen wir zu einem verſtendigen artzt / oder denen

Heilſame vnd natürliche bade.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

bücherlein / ſo von ſolchen heilſamen warmen bädern außgangen / weiſen. Wie aber vnſere gemeine bade in Deutſchlandt zugerichtet werden / dauon ſol kürtzlich meldung geſchehen.

Zum erſten / achtet Ranzouius dafür / das die warmen bade von ſüſſem waſſer (wie man ſolche bey vns in Meiſſen vnd Düringen auch gebrauchet) ſeinen kindern vnd den mitternächtiſchen menſchen / welche ſtets mit flüſſen vnd engigkeit der bruſt geplaget werden / wenig nützlichen ſein / vnd zu ſolcher beſchwerung helffen / Wie dann auch die warme ſalbung / ſo vor alters gebreuchlich geweſen / thun ſoll. Lobet dargegen die kaltlechte waſſerbade / welche vnſere vorfahren im gebrauch gehabt / vnd wil (nach raht etlicher ärtzte) das man nicht ein glied nach dem andern darein ſetzen ſol / ſondern den gantzen leib / wofern derſelbe mit einer bewegung oder übung nicht iſt erhitzt worden / vnd ſaget / das ſolche art zu baden viel geſünder ſein ſol / denn die warmen zugerichte waſſerbade / dieweil ſolche den gantzen leib ſtercken / wol krefftigen vnd zuſammen zihen / alſo / das ſolche kalte bade / die geſundheit zuerhalten / vnd allerley außwendige beſchwerung dardurch zuuerhüten / dermaſſen nützlichen ſein ſollen / das es mit worten nicht wol außzuſprechen / Vnd ob gleich alte perſonen ſolche kalte waſſerbade gebrauchen / wenn ſie nur geſundt / vnd gute farbe haben / ſollen jhnen doch dieſelben nicht ſchaden / Vnd ſaget / das ſein vater die tage ſeins lebens kein gemein zubereit warm bad gebrauchet / noch das heupt mit warmer laugen oder waſſer habe waſchen laſſen / vnd ſey gleichwol bey guter vernunfft vnd vnuerruckter ſinne geblieben / habe auch ſein alter biß auff das 73. jahr gebracht /

Bey mitternächtiſchen perſonen das kalte baden gebreuchlich.

bracht / Denn er dafür geachtet / das von dem warmen bade vnd zwagen deß heupts viel böſer feuchtigkeiten entſtünden/das dann auch gleicher geſtalt Heinrich von Ranzau dem jüngern begegnet ſey. Vnd weil es an deme / das Galenus ſolche kalte bade (wenn ſie zu rechter zeit angeſtelt werden) keines weges verwirfft / ſo wil ich anzeigen / wie Galenus verſtehet / das ſolche nützlichen ſein.

Wem kaltes baden nützlichen.

Erſtlichen / verſtehet er dadurch die jenigen perſonen/ welche im kalten waſſer zubaden gewohnet ſind.

Zum andern / die ſich wol in eſſen vnnd trincken halten.

Zum dritten / die bey guten krefften / geſundem leibe vnd fleiſchig ſein/Dann hagern leuten kalte bade zum höchſten ſchedlichen.

Zum vierden / die im Sommer vnd heiſſen Sonnenſchein gewandert/vnd ſich mit ſtaub vnd vnflat verunreiniget haben/ denen iſt das kalte waſſerbad/ entweder in einer wannen oder fließwaſſer/ zugebrauchen nicht vngeſundt. Vnd nach dem allermeiſt die jungen leute vnd handwergs perſonen ſolche bade im Sommer / als in den hundstagen / gebrauchen / ſonſten aber nicht gebreuchlichen/ ſo wollen wir ferner dauon zu reden nachlaſſen / vnd von vnſern gemeinen warmen zugerichten ſüſſen waſſerbaden auch etwas nützlichen handeln. Vnd iſt an dem / das auch dieſe vnſere gemeine art zu baden gar anders iſt / als vorzeiten der Grichen vnd alten zubaden gewonheit geweſen / dann dieſelben jhre beſondere vnterſchiedliche gemach in den badſtuben gehabt / da allewege eines heiſſer vnd anders zugericht geweſen/ deñ das ander. Wir aber gebrauchen jetziger zeit nur allein

Von vnſern warmen ſüſſen waſſerbaden.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ein aus vnd anzihe ſtüblein/ vnd dann die ſtube / darin-
nen wir ſchwitzen vnd baden.

So haben nun in gemein vnſere warme waſſerba-
de (wofern die nachfolgenden regeln in guter acht ge-
habt werden) dieſen nutz / das ſie erhitzen / erwermen /
die dawung ſtercken / die verſtopffung der glieder eröff-
nen / den leib anfeuchten / den vnflat von der haut ab-
waſchen / den ſchlaff bringen/ die winde zertheilen / vnd
den menſchen erfrewen.

Nutz vnſerer Deutſchen bade.

Baderegeln.

Nun folgen die rechten bade regeln / wie man bey-
des das kalte vnd warme bad mit nutz anſtellen ſol:

Erſtlichen iſt es der geſundheit zutreglichen / das
man nicht täglichen / ſondern Monatlichen zwey mal/
oder in zweyen Monaten drey mal bade.

Zum andern / ſol man zum bade nicht eilen / wenn
man die ehelichen werck zuuiel geübet/ oder den leib ſon-
ſten mit harter arbeit vnd übung ſehr krafftloß gemacht
hat/ deßgleichen auch/ wenn man zuuorn gewacht/ vnd
deß nachts nicht geſchlaffen.

Zum dritten / ſol man fleis haben / das man nicht
bald auffs eſſen / oder wenn man ſich hat vollgeſoffen/
bade.

Zum vierden/ ſol man auch nicht mit verſtopfftem
leibe / oder das der leib mit vielen böſen feuchtigkeiten
beſchweret ſey/ins bad gehen/ſondern den leib zuuor ent-
ledigen/vnd einen ſtulgang haben.

Zum fünfften / ſol man im bade weder eſſen noch
trincken/ dann die erfahrung bezeuget / das die jenigen/
ſo ſich mit trincken im bade vberladen / offt in plötzliche
kranckheit fallen / vnd hinſterben. Gleicher geſtalt ſol
man auch auffs bad nicht baldt eſſen / ſondern eine
gantze/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

gantze/oder zum wenigſten eine halbe ſtunde faſten/auch
nicht ſehr kalt trincken in ſich gieſſen / oder auff das bad
ein guten rauſch ſauffen / vnd ſich mit ſtarckem wein er-
füllen/ denn die ſolches thun/ die rüret gemeiniglich der
ſchlagk/ oder fallen in die gicht/ zipperle/hüfftwehe oder
waſſerſucht.

Zum ſechſten / ſol man auch nicht etliche ſtunden
im bade verharren / dann ſolches nicht allein den leib
ſehr erhitzt/ſondern verzehret auch denſelben/vnd macht
jhn krafftlos/ Darumb / ſo bald ſich die hende oder fin-
ger im bade beginnen zu runtzeln / iſt es zeit / ſich hinaus
zu machen.

Zum ſiebenden/ ſollen fette perſonen/ ſo gerne ma-
ger ſein wollen / nüchtern baden / Die hagern aber vnd
dürren ſollen erſt nach eſſens vber 3. oder 4. ſtunden ba-
den. Die jenigen aber/ſo nüchtern nicht wol baden kön-
nen / ſollen zuuorn ein weich ey / vnd ein biſſen brods
oder zwene in wein getaucht eſſen.

Zum achten/ ſollen die jenigen / denen das heupt in
oder nach dem bade pflegt wehe zu thun / das heupt alß-
baldt mit geringen lauen / darinnen Camomillen blu-
men geſotten worden / zwagen laſſen.

Zum neunden / ehe man aus dem bade gehet / ſol
man das heupt vnd den gantzen leib für der lufft vnnd
kelte gar wol bewahren.

Zum zehenden vnd letzten / lobet Galenus / das es
vberaus nützlichen ſey/ſich auffs bad zur rühe vñ ſchlaff
zubegeben/dann ſölches zur verdawung der böſen feuch-
tigkeiten vberaus bequem ſey / Darumb etliche in Dü-
ringen vnd Meiſſen in dem an vnd außzihe ſtüblein ein
fein zubereit bettlein haben/ vnd ſo baldt ſie aus der bad-
ſtuben

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſtuben ſchreitten / laſſen ſie ſich mit warmen tüchern ab⸗treugen / vnd legen ſich dann nider / vnd ruhen.

Kreuter vnd ſchweißbade.

Ferner iſt auch alhie der kreuter vnd ſchweißbade nicht zuuergeſſen / ſintemal dieſelben den völligen fetten menſchen / vnd denen ſo kalter vnd feuchter Complexion ſind / vberaus nützlichen / ſonderlich im Winter vñ Früling / Man ſol aber ſechs oder ſieben ſtunden zuuor ein quentlein Mithridat oder Theriack mit zween löffel voll weins / vnd vier löffel voll feldtbethonien waſſer / Roſmarien waſſer / oder dergleichen waſſer / nach gelegenheit der perſon / ſo ſolch bad gebrauchen wil / einnemen / dann vmb 3. vhr zur Veſper eingehen / vnd die kreuterbrüe auff heiſſe ſtein oder ſchlacken gieſſen / vnd ſchwitzē / oder ſonſten ſchwitzen / vnd das kreuterbad gebrauchen / das verzehret viel böſer feuchtigkeiten / Wie aber nach gelegenheit der perſonen beſchwerung vnd kranckheiten / ſolche ſchweißbade von ſonderlichen kreutern anzuſtellen ſeind / deſſen muß man ſich bey einem erfahrnen artzt erkündigen. Sonſten werden auch nützliche bade von kreutern / wieder das bauchgrimmen / lenden vnd blaſenſtein / vnd ſonſten den weibern zu jhrem gebreſten zugerichtet / dauon man an dieſem ort nichts gewiſſes noch eigentliches beſchreiben kan / ſondern muß nach der perſon / complexion vnd gelegenheit der kranckheit angeſtelt werden.

Endlichen / ſo man die warme zubereitte ſchlechte waſſerbade ohne kreuter recht gebrauchen wil / wie ſie die alten gebraucht haben / ſo ſol man nicht plötzlichen aus dem warmen in die kelte / ſondern gantz gemachſam von einem zum andern gehen / vnd in dieſem ſtück nachahmen den vnterſchiedlichen vier theilen des jars / mit jren eigen⸗

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

eigenſchafften / als / wie der Frůling im anfang vnd be-
ſchluß feucht vnd warm / im mittel aber temperirt / der
Sommer warm vnnd trocken / der Winter kalt vnnd
feuchte: Alſo ſollen wir auch diß im ſchlechten warmen
waſſerbade in guter acht haben / das man nicht gehlin-
gen aus der werme in kalte lufft ſchreite / ſintemal alle
plötzliche enderung der natur zum höchſten entgegen/
aber gleich mit ſeines gleichen ſich am beſten vertreget.
Darumb gar zu heiſſe vnd kalte lufft / oder derſelben
plötzliche verenderung/ iſt nicht allein gefehrlichen/ ſon-
dern ſchwechet auch den gantzen leib/ vnd bringet merck-
lichen ſchaden.

Ihr viel ſind/ die nachfolgende reime in guter acht
haben:

Die hende man offt waſchen ſol/
Dann ſolches thut den augen wol.
Selten die fůß / das heupt gar nicht
Man waſchen ſol/ Menander ſpricht.

Jedoch beſchlieſſen die fůrnembſten årtzte / vnd ſagen/
daß das fůßwaſchen nicht vngeſundt ſey / ſonderlichen
wann ſolches deß morgens nůchtern / oder eine ſtunde
vor dem abendeſſen geſchicht. Alſo hat man anch ſon-
ſten feine krefftige fußbade von kreutern / ſo vberaus
dienſtlichen ſind / Als wann einer wehtagen deß heupts
hat/ ſo mag er jhm ein fußbad von roten Roſen/ Camo-
millen / Steinklee / Bergmůntze / oder Feldbethonien
vnd Arabiſchen Stæchas/ jedes ij. hand voll zurichten/
vnd ſolches mit xl. nöſſeln fließwaſſer biß auff die helff-
te einſieden/ dann die fůſſe darein ſetzen/ vnd ſolche vom
knie an/ biß auff die fůſſe mit den kreutern wol reiben vñ
waſchen laſſen/ wie denn auch beyde arm/ Solches fuß-

Fußbad fůr wehtagẽ des heupts.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

bad iſt zu allen heupt beſchwerungen ſehr nützlichen / wann auch gleich das kopffwehe von hitze entſtanden were / denn ſolches der werm eigene art iſt / vom heupt vnter ſich zu ziehen / darumb auch das bad / darein man die füſſe ſetzen wil / zimlichen warm ſein ſol / vt maior fiat attractio.

So aber einer nicht ſchlaffen könte / mag er jhm nachfolgendes fußbad zurichten laſſen.

Fußbad zum ſchlaff.

Nemet Weydenbletter / Weinlaub / Salat / jedes j. hand voll / x. weiſſe Mohnheupter / Camomillen / Dille / Seeblumen / Blauviol blumen / jedes ij. hand voll: Dieſe alle ſol man mit gnugſamen fließwaſſer zum fußbade kochen / biß die helffte eingeſotten / nachmals vor der abendmahlzeit die füſſe darein ſetzen / vnd ſolche vom knie an mit den kreutern wol reiben vnd waſchen laſſen / wie dann auch die ellenbogen.

Kopffwaſchung.

Die zwagung deß heupts belangende / wenn ſolche alle vierteil jahr ein mal geſchicht / iſt ſolche nicht ſchedlichen / Daruon nachmals weiter gemeldet werden ſol.

Zum beſchluß ſollen auch hierbey dieſe nachfolgende reime behalten werden:

Viel bad / wein / lieb verderbt den leib /
Dargegen bad / wein / ein Ehweib /
Dienen zur geſundheit eben /
So ſie meſſig gebrauchet werden.

Das XXII. Capittel.

Vom beyligen oder ehelichen wercken.

Zu rech-

ZV rechter zeit vnd meſſiglichen die eheliche wercke
gebraucht / bringen dieſelbe groſſen nutz / vnd ſind
zu erhaltung guter geſundheit gantz erſprieslichen/
dann die ſchweislöcher dauon eröffnet vnnd erweitert
werden/ das gemůt vnd die vernunfft erfrewet / vnd der
zorn gehindert wird. Es iſt auch das beyligen den traw⸗
rigen/ Melancholiſchen vnd ſchwermůtigen/auch denen
ſo gerne allein ſind / vnd nicht mit vielen leuten zuthun
haben wollen/ gantz dienſtlichen.

Meſſige übung der ehlichen werck nützlichen.

Dargegen aber vberflůſſiger vñ vnzeitiger gebrauch
der ehelichen wercke / gibt vrſach zu vielem böſen / dann
es zertheilet vnd ſchwechet die leiblichen geiſter / machet
den leib vnd das gemůt krafftlos / leſchet aus die einge⸗
pflantzte natůrliche werm/ thut dem gehirn / nieren vnd
der blaſen ſchaden / machet zeitlichen alt / zertheilet die
krefften deß hertzens / vnd bringet den todt. Vnd ſol an
dieſem ort die gemeine regel Hippocratis nicht vergeſſen
werden/ die alſo lautet/ das man im arbeiten / eſſen vnd
trincken / ſchlaffen vnd wachen / auch in ehelichen wer⸗
cken allwege maß halten ſol. Etliche ſind dieſer mei⸗
nung / das es beſſer ſey / dieſe dinge / ſo da ſchedlichen/
zuuermindern / dann die ſo da nůtzen vnnd helffen / zu
mehren vnd heuffen. Aber meines erachtens iſt es zur
geſundheit am aller beſten vnd bequemſten / das man
ſich mit eſſen nicht vberlade / noch zur arbeit verdroſſen
ſey / vnd den natůrlichen ſamen behalte vnd bewahre.

Vberflůſſiger gebrauch der ehlichē werck ſchedlichen.

Hippocratis regel wol zu behalten.

Die jenigen aber / ſo feuchter vnd warmer natur/
denen ſind die ehelichen werck zu üben vberaus nützli⸗
chen/ wie dann auch denen/ ſo viel pituitæ haben / So
iſt auch ſolche übung im Winter vnd Frůling am aller

Welchen perſonen die ehelichen werck zu üben nützlichen.

bequemſten / Im Sommer aber vnd Herbſt ſol man dieſelbe einſtellen.

Zeit vñ ſtunden eheliche werck zu üben.

Die zeit vnd ſtunden aber beyzuligen / ſind am bequemeſten / wenn der leib nicht zu voll noch zu leer iſt / das iſt / gegen morgen / wenn die ſpeiſe abgedawet iſt.

Die alten verlebten leut ſollen ſich dieſes wercks durchaus entſchlahen / dann das jnen ſolches zum höchſten ſchedlichen / das iſt ſo kündig / das es ferner beweiſens nicht bedarff. Wie denn auch die jenigen / ſo weder ſafft noch krafft haben / vnd magers leibes ſind / ſich deſſen auch enthalten ſollen.

Das XXIII. Capittel.

Von hunger vnd abſtinentz.

VNter den geſchlechten der entlehrung des Cörpers / iſt der hunger das ergſte vnd harteſte / darumb wenn man von hunger redet / wirdt nicht verſtanden / das man etliche tage aneinander faſten vnd nicht eſſen ſol / dann dardurch wolte die natur ſehr geſchwechet / vnd viel böſer feuchtigkeiten generirt werden / Sondern diß wird dardurch verſtanden / das man vnterweilens einen tag auſſetzen vnd faſten / oder bißweilen die mittags mahlzeit / bißweilen die abend mahlzeit vnterlaſſen ſol / Dann durch ſolche abſtinentz vnd ſchmehlerung der ſpeiſe wirdt der leib gewehnet / im kriege / auff reiſen vnd jagten / wenn es die notturfft erfordert / auch arbeit ohne eſſen zuvollbringen.

Abſtinentz nutz.

Es dienet auch die abſtinentz oder außhüngerung zur geſundheit / denen ſo bey guten krefften / vnd gleichwol

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wol erfüllet ſind mit böſen vngedawten feuchtigkeiten/
welche durch die außhüngerung verzehret werden / da-
mit der leib wiederumb deſto bequemer kan genehret vnd
luſtig gemacht werden. Doch ſo fern / das dieſelben
nicht zorniger natur/ oder zu gelben Choleriſchen feuch-
tigkeiten geneigt / Denn wenn man ſich vberfüllet oder
vberladen / ſo iſt kein beſſer mittel/demſelben zu helffen/
denn das man ſich zu langer ruhe / ſchlaff / abſtinentz
oder faſten begebe. Da nun jemand von vberfüllung vñ
vberheuffung in eine kranckheit gerhiet / ſo kan derſelbe
beſſer nicht zurecht bracht werden/denn durch entzihung
der ſpeiſe/ oder das er wenig eſſe.

Derwegen kan ich nicht vnterlaſſen / auch diß all-
hier zuerwehnen/ ſo Galenus vom keyſer Anthonio ge-
dencket / das derſelbe die cruditates vnnd vngedawte
feuchtigkeiten deß magens durch kein ander mittel hat
pflegen hinweg zubringen / dann durch die abſtinentz/
das er einen tag darauff gefaſtet / vnd einen becher mit
wein getruncken/in welchen er etwas von pfeffer gethan.
Vnd iſt eigentlich vñ gewiß alſo/ das viel groſſe kranck-
heiten durch die ruhe vnd das faſten können curiret vnd
hinweg bracht werden/ vnd das ichs in einer ſumma be-
greiffe / ſo iſt zu rechter zeit angeſteltes faſten denen per-
ſonen/ ſo es gebüret/ vberaus nützlichen/Aber den Cho-
leriſchen / vnd die wenig blut / vnd kleine adern haben/
denen iſt das faſten (wie auch zuuorn gemeldet) ſehr
ſchedlichen.

Keyſers Anthonij artzney wieder die cruditates.

Das XXIIII. Capittel.

Von der enthaltunge oder verhaltunge allerley vberfluſſes.

NAch dem wir biß daher von allerley arten der entlehrung deß leibes bericht gethan/ ſo erfordert die ordnung / das wir nun auch etwas von der enthaltung reden / Dieweil aber von der außlehrung weitleufftig geredt worden / vnd leichtlich die enthaltung aus der entlehrung zuuerſtehen vnd abzunemen/ ſo wollen wir deſto weniger von dieſem ſtück handeln.

Vnd nach dem / wie zuuorn auch angezeigt / der verhaltene vberfluß den leib vberaus beſchweret / vnd ſchaden zufüget / auch endlichen kranckheit verurſachet/ als ſol man nicht alleine ſolchen wuſt vnd vberfluß bey zeit hinweg bringen / ſondern auch die ohren / naſe vnd den gaum reinigen. Wollen nun zu andern ſtücken auch ſchreiten.

Das XXV. Capittel.

Von anliegung vnd bewegung der ſinne vnd des gemüts.

NAch dem wir zur gnüge verrichtet haben / durch was mittel vnd wege deß leibes geſundheit kan beſchützt vnd vollbracht werden / als wollen wir nun weiter fortfahren/ vnd reden / wie man deß gemüts vnd der ſeelen bewegung mit gutem raht begegnen ſol/ dann gemeiniglich ſolche bewegung deß gemüts auff deß Cörpers beſchwerung zufolgen pflegt / wie ſolches an denen ſo ſich vollgeſoffen/ zu ſehen iſt / dauon Horatius alſo ſagt:

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Ein menſch ſo ſich vberladen/
Folgends tags verſteht den ſchaden/
So er alßdann hat angericht/
Wie jederman jhn das bericht/
Daruon die ſeele wirdt beſchwert/
So die Göttliche Mayeſtet
Als ſeinem bilde hat verehrt/
Das gantz gemůt wirdt gar verkehrt.

Alſo vnd dargegen werden die aller hefftigſten kranckheiten dem leibe von der bewegung des gemůts zugebracht / ſintemal vnter dieſen beyden eine groſſe verwandtſchafft / das eins von dem andern leidet vnd bewegt wirdt/ wie wir denn ſehen vnd erfaren in der hefftigen bewegung der liebe vnd trawrigkeit / dauon der leib offtmals in tödliche kranckheit gereht. Weil dann deß leibes vnd der ſeelen bewegung vnd leiden einander alſo verwandt / vnd gleich mit dem bande der natur zuſammen geknüpfft vnd verbunden/ das / wo dieſelben bewegungen in rechtſchaffener maß geſchehen / die geſundheit erhalten vnd befördert wirdt / Dargegen aber / wo ſie den menſchen plötzlich vberfallen / vnruhig gemacht vnd zuſehr bewegt werden / pflegen ſie zu vielen hefftigen kranckheiten groſſe vrſach zu geben / Darumb jederman gewarnet ſein ſol/ beydes die hefftige bewegung deß gemůts vnd auch des leibes / vnd was ſonſten dieſelbe zuuerletzen vrſach geben kan/ſo viel müglich/zu meiden/ vnd das in keinem die maß vberſchritten werde.

Es ſaget Hippocrates, das trawrigkeit / ſo ſie ein zeitlang wåhret/Melancholey vnd ſchwermůtigkeit verurſachet. So ſagt auch Salomon: Ein trawriger geiſt verzehret das gebeine / Aber ein frölich hertz iſt deß menſchen Von trawrigkeit.

ſchen

ſchen leben. Vnd Syrach ſagt im 19. Cap. das trawrigkeit viel leut tödte / Daher auch das wort trawrigkeit in Lateiniſcher ſprach mœror genandt wirdt / darumb / das / wo ſolche bey einem menſchen einwurtzelt / denſelben gantz vnd gar verzehret / vnd von allen krefften bringet / Ja es iſt kein ding / das den menſchen vngeſtalt / bald alt vnd graw machet / als trawrigkeit vnd bekümmernis / Dann in trawrigkeit werden die geiſter inwendig allgemachſam zum hertzen gezogen / daruon erſtlich das hertz erhitzt / vnd dann ein verzehrend fieber oder die darre verurſacht / welche den Cörper verzehren. So leſen wir auch in heiliger Schrifft von dem Prieſter Eli / welcher / als er vernimpt / das ſeine zwene söhne vmbkomen ſeind im kriege / aus groſſer trawrigkeit vnnd erſchrecknis vom ſtul felt / vnd den hals ſtürtzt. Darumb man alle trawrige vnnd ſchwermütige perſonen nach höchſtem vermögen daruon abhalten / mit ehrlicher wolluſt erfrewen / vnd jhnen gute hoffnung / troſt vnd dergleichen einſprechen ſol.

Von der furcht.

Alſo vnnd gleicher geſtalt pflegen von plötzlicher / groſſer vnd hefftiger furcht offtmals vnerhörte ohnmachten vnd der jehende todt zuerfolgen / Dann weil die begierde deß hertzens vermerckt / das jhr etwas entgegen vnd ſchedlichen / ſo fleuht das gemüt ſolches / vnd hat dafür einen abſchew / ja alle lebendige geiſter / ſo im leibe außgetheilet / wenn ſie ſolches vermercken / weichen ſie ſampt der natürlichen hitz zurücke / vnd begeben ſich zum hertzen / daſſelbe zuretten / Daher dann kompt / das der leib außwendig erkelt / vnd zitternt / auch alle kreffte zu nichte werden / vnd der menſch ſich entferbet / ſintemal auch die geiſter ſich vntereinander vmb das hertz verdempffen /

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

dempffen/ vnd in jhrer reſolution erkelten/vnd wo nicht rahts gelebt wird/ das hertz erſticken muß.

Der zorn thut gleicher geſtalt dem menſchen vber- aus groſſen ſchaden an der geſundheit/ ja er iſt gleich der anfang zur vnſinnigkeit / denn der menſch im zorn offt- mals ſeiner ſinne beraubet wirdt / alſo / das er ſeiner ſelbſt nicht mechtig. Vnd iſt der zorn denen menſchen vberaus ſchedlichen / ſo leichtes vnd flüſſiges geblüt ha- ben/ als die zum zipperle/gicht vnd ſchlagk geneigt ſind/ die können vom zorn leichtlich in ſolche franckheiten ge- rahten. Vnd geſchicht der zorn / wann die begierde deß hertzens ſich ermahnen / vnd vnterſtehen an einem an- dern ſich zurechnen/ vnd wenn das geblüt vmb das hertz beginnet zuerwallen / ſo werden die geiſter des lebens ſampt der hitze in die außwendigen glieder mit gewalt ge- trieben / vnd alſo eine hefftige bewegung von inwendig verurſachet / vnd im menſchen außgetheilet / dauon er plötzlichen das gemüt endert vnd verſtellet/ alſo/das die augen gleich brennen / der mund zittert/ die zunge bebet/ die zeene auffeinander knirren / das angeſicht baldt rot/ bald bleich wirdt / vnd wunderbarlichen ſich erzeiget/ Dann im zorn wird die natürliche werme in die euſerſten glieder außgegoſſen / dauon der gantze leib inflammirt vnd entzündet wirdt / vnd iſt alſo der zorn keinem men- ſchen nützlichen/ dann den kalten Cörpern/ſo viel rotzes vnd geköders haben.

Von zorn.

Wir leſen auch / das groſſe hefftige frewde / ſo vn- uerſehens vnd plötzlichen geſchehen / den menſchen ge- tödt hat/ ſonderlichen ſolche leute/ ſo ſonſten von natur kleinmütig / aus vrſach / das die lebendigen geiſter von wegen groſſer vnd hefftiger frewde ſich vom hertzen zu

Von groſſer frewde.

den in vnd außwendigen gliedern des leibes begeben/mit eigener reſolution vnd verzehrung / ſonderlich in denen/ ſo kaltes hertzens ſein / als weiber vnnd alte perſonen. Dieweil dann die bewegung deß gemüts vnd der ſeelen groſſe krafft vnd wirckung haben/wenn ſie den menſchen plötzlich vberfallen/ ſintemal ſolche aus dem hertzen entſtehen / ja deſſelben eigentliche affectiones vnd bewegungen ſind / ſo von außwendig darzu verurſacht werden/ vnd entweder groſſe kranckheit / oder den jehen tod verurſachen / Als wil allen menſchen zum höchſten von nöten ſein / das ſie die hefftige bewegung deß gemüts/ als da iſt / vbermeſſige ſchwermütigkeit / trawrigkeit / hefftige frewde / haſtige furcht / hoffnung / verzweiffelung / oder ſtarck vertrawen auff menſchen / ſouiel jmmer müglichen / durchaus flihen vnd meiden / vnd dargegen alleine ehrliche vnd zimliche frewde vnd wolluſt ſuchen / hoffnung vnd friede haben / denn ſolches alles gute vnd nützliche bewegungen ſind / dauon die geiſter deß lebens vnd hertzens ſehr geſterckt / der gantze leib mit einer ſanfften vnd lieblichen außtheilung / zimlichen erhitzt / erquicket / vnd wol geferbet wirdt / auch eine gute geſtalt bekompt. Fürnemlich aber ſollen adeliche vnd dapffere mannliche perſonen das glück / es ſey gleich gut oder böſe / wie es der glücksfall gibt / mit gedult leiden vnd ertragen / vnd wo es allerdings nicht nach jhrem wunſch hinaus gehen wolte / ſollen ſie ſich doch wiederumb deß glücks getröſten / vnd gerüſt ſein / ſolches alles mit ſonderlichem fleis vnd geſchickligkeit zuüberwinden.

Gute / meſſige vnnd nützliche bewegung des gemüts.

Vnd alſo viel hat man auff dißmal von der bewegung deß gemüts vnd deſſelben zufelle anzeigen wollen/ Weil aber dieſelben ſchwerlich mit vnſerer vernunfft können

gemeſſi-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

gemeſſiget vnd regulirt werden / als ſollen alle menſchen hierzu Gott den heiligen Geiſt vmb ſeine hülff vnd gnade fleiſſig anruffen vnd bitten/damit er jhnen ſolche zehmen / meſſigen vnd vberwinden helffe.

Das XXVI. Capittel.

Vom Regiment vnd Diæta / ſo teglichen in guter acht zu haben.

BIßher haben wir in einer richtigen ordnung angezeigt / vnd gehandelt von dem rechten vnnd gründlichen gebrauch der ſechs vnuermeidlichen dingen/ ſo die ärtzte Res non naturales nennen / als da iſt/ lufft/ ſpeis vnd tranck/ ſchlaffen vnnd wachen / etc. welche/wo ſie nicht wie ſich gebüret/ in acht genommen werden/ vnſere Cörper endern/den natürlichen zuſtandt deß leibes ſchwechen / vnd in kranckheit füren: Demnach wollen wir nun etliche regeln(wie man ſich täglich/ wöchentlich/ monatlichen / vnd durchs gantze jahr / in eſſen vnd trincken / ſampt andern ſtücken zur geſundheit nötig/ verhalten ſoll) anzeigen / vnd wollen alſo mit einem Regimen, ſo täglichen zugebrauchen / den anfang machen.

Erſtlichen / ſo baldt man auffgeſtanden / ſol man alle glieder ſanfftiglichen außdehnen / dann daruon das gehirn erleichtert / der leib geſtercket / vnd die lebendigen geiſter zu den außwendigen gliedern gezogen werden. *Außdehnung des leibes.*

Zum andern / ſol man die bruſt / den rücken vnnd bauch/ die arm/ bein vnd hende/ die ſchultern/vnd fortan den gantzen leib / entweder mit flachen vnd offenen *Reibung des gantzē leibes.*

henden/oder mit warmen leinen tüchern fein gelinde laſſen reiben/biß ſo lang die haut zimlichen roth wird/denn ſolches die ſchweislöcher eröffnet/ die böſen feuchtigkeiten dünne machet / die natürliche hitz erwecket/ vnd alſo die materien durch den vnſichtbarn dunſt wegtreibet/ vnd für vielen kranckheiten præſeruiret vnd erhelt.

Strelung des heupts mit den henden.

Zum dritten / ſol man das heupt vom fördertheil an/ biß zum hindertheil/mit den negeln der hende ſanfftiglichen ſtrelen/ vnd nach dem man ſich alſo erleuchtert oder erlediget hat/ſol man mit höchſtem fleis das heupt/ den nacken vnd die beine vor der kalten morgen lufft wol bewahren / dann kein zweiffel / das des morgens vnnd abends in der demmerung die kelte etwas hefftiger/ auch mehr ſchedlicher / dann vmb mittage.

Den leib mit kleidung wol zubewaren.

Derhalben ſol man ſich zum vierden mit wolgeputzten reinen kleidern wol anthun / vnd dieſelben im Sommer mit den wolriechenden waſſern / dauon droben gedacht worden / beſprengen / Im Winter aber ſol man ſolche bey einer fewerblatten oder Kamihn/in welchem von gutem dürren eichenen holtze ein gelinde fewer auffgemacht worden/ erwermen/ vnd von den feuchtigkeiten druckenen / nachmals mit wolriechenden ſalben beſtreichen/ denn ſonſten vnſere leibe etlicher maſſen von den kleidern können verletzt werden / wo man derſelben nicht wol warnimpt / Deñ gleich wie von dem gebrauch der ſpeiß vnd tranck die krefffte vnd das leben der menſchen erhalten werden / alſo erhalten auch die guten kleider die natürliche werme des leibes / vnd bewahren denſelben vor kelte/ alſo/ das man nicht vnbillichen die kleidung dem eſſen vnd trincken gleich achtet/ vnd in beiden groſſen fleiß vor vñ anzuwenden gnugſame vrſachẽ hat.

Dienſtliche winterkleidung.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Im Sommer werden fürnemlich die kleider zu tragen gelobet / ſo von Hirſchheuten vnd Rehefellen zugerichtet werden / aus dieſer vrſach / das der Hirſch lange lebet/vnd allen ſchlangen vnd gifft von natur feind / vnd denſelben widerſtehet / darumb man billich von hirſchheuten kleider machen zu laſſen ſich befleiſſigen ſol/ vnd können auch wol im winter/wenn ſie mit tuch gefüttert/ getragen werden.

Dienſtliche Sommerkleidung.

Nach dieſem achte ich darfür / das dem leibe auch die kleider nicht vngeſundt ſein / ſo von Seiden/Dafft/ Karmeſin/ Seidenadlas oder Schamlot zugerichtet.

Aber von Beltzen vnnd futter zu ſagen / ſind dieſe winters zeit (die Septentrionaliſchen menſchen zubewahren) am dienſtlichſten/ als da iſt/ Mardern/ Wölffen vnd Füchſen futter/ fürnemlich aber iſt das Füchſſen futter denen ſo die gliedſucht/ das zipperle/oder zitterende glieder haben/ oder vom ſchlage gerüret worden/auch denen ſo fett ſein / vnd gerne mager werden wollen / am bequemeſten.

Gute dienſtliche futter.

Groſſe herren aber tragen Mardern vnd Zobeln / die Wolffsbeltze ſind denen nützlichen / ſo ſich vor der Colica fürchten / mit dieſem futter ſol man den gantzen leib/ den hals/ die bruſt / hende vnd füſſe wol bewahren. Jedoch in Peſtilentz zeiten werden dieſe kleider mit ſolchem rauchen futter gefüttert / nicht gelobet / aus denen vrſachen / das ſich die gifft darein ſtecken vnd lang erhalten kan.

Seiden gewant vnnd rauch gefütterte kleider in Peſtilentz zeiten vndienſtlichen.

Wenn man nun den leib wol bedeckt vnd angezogen / ſol man als dann mit einem Helffenbeinern kamp die haar des heupts ſanfftiglichen kemmen/von der ſtirnen an / biß nach dem nacken / vngefehrlichen 40. mal/

Kemmung der haar.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Die inſtrumenta ſenſuum zu reinigen.

Dann alle inſtrumenta ſenſuum, als augen/ ohren/ naſen/ mund/ zunge/ zeene vnd das gantze angeſicht mit kaltem waſſer abwaſchen/ vnd iſt nicht allein gut/ das man die augen außwendig waſche/ ſondern ſich auch mit offenen augen in kalt waſſer tauche/ vnd was ſich an die augbramen gehengt/ reinige. Es iſt auch gantz dienſtlichen/ vnterweilens die augen mit roſen oder fenchelwaſſer befeuchten vnd waſchen/ vnd den nacken mit einem groben tuch reiben/ dann dieſe alle krefftigen den gantzen leib/ machen ein friſch gemůt/ vnd erhalten das geſichte.

Womit man den zeenen dienen ſol.

Nun wollen wir auch hiezu thun etliche zaan artzneyen vnd puluer/ welche nicht allein die zeene weiß machen/ ſondern dieſelben auch geſunot erhalten. Item etliche augen artzneyen/ ſo das geſicht ſtercken.

Ein Puluer das die zeene ſchön weiſs behelt.

Nemet von dreyen eyern die weiſſen ſchalen/ rote Corallen iij. quent. weiſſe ſeidene faden in einem newen topff zu aſchen gebrandt iij. quent. Zimmetrinde ij. qu. Neglein j. quent. Bertram ij. quent. Dieſe alle ſol man zu einem ſubtilen puluer ſtoſſen/ vnd die zeene deß morgens vnd abends damit reiben.

Ein ander Zaanpuluer.

Weiß gebrandt Hirſchhorn ein halb lot/ Granatſchalen j. quentlein/ gute Zimmetrinde j. lot/ Neglein/ Maſtix/ jedes ij. ſcrupel/ des beſten weinſteins iiij. lot/ geraſpelt

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

geraſpelt Helffenbein/ weiſſen Alobaſterſtein/ jedes j. q. weiſſe vnd rote Corallen / jeder j. quent. Violwurtzel j. lot/ weiſſen Benzoi ij. ſcrupel/ gebrandten Alaun j. qu. weiſſen Kieſelſtein ein halb lot/ Perlen ij. ſcrupel / weiſſen Agteſtein anderthalb quent. weiſſen Weinſtein j. qu. vier eyerſchalen rein auß weineſſig gewaſchen : Dieſe ſtück alle ein jedes fein klein geſtoſſen / vnd auff einem reibeſtein fein vntereinander gerieben / vnd die zeene deß Morgens damit gerieben.

Ein anders / ſo in Scribone Largo gefunden wird / vnd Meſſelina Auguſta gebraucht hat.

Nemet Hirſchhorn / in einem newen topff zu puluer gebrandt iij. lot / des beſten Maſtix j. lot / Salarmoniac oder Salmiac vj. quent. Dieſe alle zuſammen gemiſcht / vnd zu puluer geſtoſſen. Es iſt auch hierbey zumercken / das der Salmiac eine ſonderliche krafft habe / die zeene weiß zu machen / wenn man ſolchen in einen gleſern helm diſtillirt / vnd ſolch waſſer mit einem federlein auff die ſchwartzen zeen ſtreichet / werden ſie wieder ſchön vnd weiß. Salmiac ſonderliche eigenſchafft / ſchöne weiſſe zeene zu machen.

Ein anders.

Nemet ſchöne weiſſe Kieſelſteine/ machet dieſelben fewrig / vnd leſchet ſie in gutem weiſſen wein oder Roſenwaſſer fünff mal abe / ſtoſſet ſolche dann zu ſubtilem puluer/ vnd nemet dieſes puluers v. lot/ geſtoſſene Violwurtzel j. lot / miſchet ſolches durcheinander / das ein puluer daraus werde.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Ein anders für den gemeinen Man.

Nemet gebrandt Saltz vnd Alaun / jedes gleich viel/ miſchet es zuſammen/vnd machet ein puluer draus.

Eine Zaanlatwerge / ſo die zeen nicht allein weis machet / ſondern dieſelbe auch praeſeruirt vor ſchmertzen / welche eine Fürſtin / groſſes namens/ offt vnd viel gebrauchet.

Alhier iſt nur der halbe teil geſatzt/ denn es eine ſehr koſtbare Latwerge.

Nemet die beſten bittern aloes vj. quent. gute Perlen j. lot/ rote vnd weiſſe Corallen/ Paradißholtz/ roten Sandel / jedes j. lot / Trachenblůt / iſt ein ſafft eines baums / der weiſſen erden porcellina fina genant vj. q. Alaun in waſſer gewaſchen / ſo lang / biß er ſo klar wird wie eine Criſtall j. lot/ Maſtix/Ambra/Myrrhen/ jeder ij. quent. ſchalen von Bachkrebſen j. quent. Dieſe alle zu ſubtilem puluer geſtoſſen / ſolches dann in ix. lot gut Roſenhonig gethan / ſo zuuor wol geſcheumet / außgenommen den Maſtix/ Myrrhen vnd Ambra/ dann bey einem geringen fewer ſanfftiglich kochen laſſen / mit ſtetigem vmbrůren / biß es wird wie ein dick honig / dann vom fewer gethan / vnd ſo es beginnet kalt zuwerden / den Maſtix / Myrrhen vnd Ambra auch darunter miſchen / vnd in ein verglaſurt gefeß zu fernerm gebrauch wol verwahren vnd auffheben.

Wo man nun von dieſer Latwerge deß morgens etwas auff ein tůchlein thut/vnd reibet die zeene darmit/ ſo werden ſie vberaus ſchön / vnd darneben ſehr geſtercket.

Ein

Ein ander Puluer.

Nemet rote vnd weiſſe Corallen/ jeder j. lot/ Bertram/ Muſcatenblüet/ Maſtix/ Bimbs/ Boli armeni, jedes j. lot/ aus dieſen allen ein puluer gemacht.

Ein anders.

Nemet rote Corallen/ Alaun/ jedes ij. quentlein/ gebrandt hirſchhorn/ gelben Sandel/ Trachenblüet/ jedes vier drittheil eins quentl. Perlen j. quentl. Meerſchaum iij. quentl. Dieſe alle zu puluer geſtoſſen/ vnd letzlich iij. gerſtenkörner ſchwer Bieſem/ fünff gerſtenkörner ſchwer Kampffer darzu gethan/ vnd wer da wil/ mag mit einem ſafft oder roſenhonig küchlein oder zaanſtöckerlein daraus machen/ die zeen damit zu reiben.

Artzney ſo das geſicht ſterckket.

Nemet gute Perlen/ ſtoſſet dieſelben klein/ miſchet dann Roſenwaſſer darunter/ vnd ſeihet es durch ein tüchlein abe/ Dieſes waſſers ſol man etliche tröpfflein mit einer feder in die augen fallen laſſen/ Etliche gebrauchen an ſtat der Perlen ſchönen weiſſen zucker mit Roſenwaſſer zugerichtet/ aber ich achte darfür/ das die Perlen beſſer vnd krefftiger ſein.

Dieſe folgenden augen artzneyen ſind den augen noch bequemer/ wenn man dieſelben nur wol für ſtaub/ rauch vnd ſcharffer hitzigen oder kalten lufft/ vnd ſtarcken winden bewahret/ Auch das man die augen nicht verderbe mit ſtetigem anſehen ſcharffer vnnd ſubtiler

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

dinge/ vnd meide darneben vberflüſſiges beyligen/erfül-
lung mit ſpeis vnd tranck / auch nicht baldt auff die mit-
tags oder abend mahlzeit ſchlaffe / vnd wie zuuorn mel-
dung geſchehen / ſol man die augen offt in klar waſſer
tauchen.

Ein gut Augenwaſſer.

Nemet Eiſenkraut waſſer / Feldtbethonien waſſer/ Fenchelwaſſer / jedes ij. guter löffel voll / weiſſen wein ij. lot oder löffel voll/ zubereiteten Galmey/in der Apo-tecken thucia genandt j. quentlein/ Zucker Candit ij. qu. Aloe Patick j. quentl. Weiber milch ij. quent. Campffer ein halb drittheil des quentl. Dieſe alle ſubtil gepuluert/ vnd zuſammen 24. ſtunden in der erbeitzung ſtehen laſ-ſen / dann durchſeihen / vnd die zugethanen augen von außwendig darmit waſchen.

Ein ander waſſer / ſo für aller hand ge-brechen der augen vberaus dienſtlichen.

Nemet Fenchelkraut / Wermut waſſer / Eppich/ Raute/Schelwurtz kraut vñ wurtzel/ Augentroſt kraut/ Salbey / Feldtbethonien / Hütten rauch oder Auripig-ment / Gnidy / Bibenel / Cardobenedicten: Dieſe alle ſol man in einem mörſel wol zuſammen ſtoſſen/ vnd mit harm von einem knaben einbeitzen / dann nemen xiiij. gerſtenkörner ſchwer geſtoſſenen Pfeffer / ij. löffel voll Honig/ j. quentlein Campffer / ſolches alles zuſammen ſtoſſen/ dann durch ein leinen tüchlein ſeihen/vnd in ein glaß oder ander gefeß thun/vñ auffheben/daruon denen ſo gebrechliche augen haben / morgens vnd abends ein

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

tröpfflein darein fallen laſſen. Vnd iſt hierbey zubehalten / das man ſolch waſſer zuuorn neun tage lang an der Sonnen ſtehen laſſen ſol/ vnd dann diſtilliren/ehe man es gebrauche. Weil auch ſehr ſcharffe vnd hitzige ding/ ſo da auffetzen / darzu kommen / wil ſolches mit groſſer fürſichtigkeit gebraucht ſein / vnd achte darfür / das es zu den augenfellen am bequemſten ſey/ Das ich alſo zur warnung hab müſſen anzeigen.

Deß alten Graff Albrechts zu Mansfeld (ſeligen) Augenwaſſer / ſo zu erklerung des dunckeln geſichts vberaus nützlichen / vnd von J. G. ſtets gebraucht worden.

Nemet anderthalb quent. Bleiweiß/ j. quent. Silberglöt / ij. quent. weiſſen Victriol oder Salarmoniac/ iiij. lot der beſten Perlen/ ein halb pfund weiſſen Nicht/ ij. lot Campffer der getödt iſt / j. lot vngetödten Campffer / j. löffel voll Jungfraw honig/ für zween pfenning Brandtewein: Dieſe ſtück (auſſerhalb des honigs vnd getödten Campffers) ſollen gar ſubtil gepuluert werden/ darzu muß man alsdenn nemen drey halbe nöſſel gebrandte waſſer/ als Hindtleufft waſſer / Nachtſchatten waſſer / Augentroſt waſſer / vnd dann zuſammen alles miſchen zu einem augenwaſſer.

Ferner iſt zubehalten / das man auch allen vberfluß durchs waſſer vnd ſtulgang teglichen hinweg laſſen/vnd des tages auffs wenigſte einen ſtulgang haben ſol / Wo aber derſelbe verbliebe/ ſol man ſolchen mit einem haußClyſtir / dauon droben im 13. Capittel geredt worden/

Leib ſol teglich ſtulfertig ſein.

oder mit einem ſtulzepfflein vnd dergleichen prouociren vnd locken / daruon auch im 17. Capitel weiter bericht geſchehen.

Naſe / bruſt vnnd lunge teglichen von rotz vnnd geköders zureinigen.

Aus der naſen vnd lungen ſol man den rotz vnd geköder mit ausſchneutzen vnd außwerffen hinweg bringen/ Wolte es aber nicht fort/ ſo iſt daruon im 13. Capittel auch meldung geſchehen.

Den gantzen leib vnnd die kleider rein zu halten.

Das angeſicht / den kopff vnd gantzen leib / auch die kleider/ſol man rein vnd ſauber halten/ dann ſolches auch die natur/ wenn man noch in der wiegen ligt/ vnd kein verſtandt in vns iſt / erfordert.

Morgen gebet.

Nach ſolchem allen ſol man das gebet nicht vergeſſen / ſondern Gott den allmechtigen erſuchen vnd bitten / das vns dieſer tag möge glücklich erſcheinen / das auch Gott vnſer thun vnd wandel wolle regieren/zu ſeines Namens ehre / zu nutz vnſerm Vaterlande / vnd zu erhaltung vnſers lebens.

Im gemach ſanffte bewegung anzuſtellen.

Nach dieſem ſol man ſanfftiglichen im gemach hin vnd wieder geben/ damit die natürliche hitz erweckt/ vnd was vnreines iſt/ vnter ſich vnd nach dem ſtul möge gezogen / vnd außgetrieben werden/ dauon weiter im 13. Capittel meldung geſchehen.

Weñ zu ſtudiren vnd die ſchwereſten ſachen zuuerrichten.

Nachmals ſol man die gemeinen oder priuat geſchefften fein ſanfftiglichen/ ohne bewegung deß gemüts/ handeln vnd vornemen/ Vnd da man zu jagen oder zuverreiſen/ ſolches auch verrichten/ vnd alſo das ſtudiren vnd andere hochwichtigen geſchefften allwege der frūeſtunden zueignen/ vnd alſo die drey ſtunden vor der frūe oder abendtmahlzeit darzu gebrauchen.

Was in henden vnd an fingern zutragẽ.

In den henden ſol man ſtets Corallen / Agteſteine Paternoſter / oder von dem Calcedonio, ſo ein geſchlecht

ſchlecht des Onychels/ wolriechende Ambra knöpflein/ oder ſonſt edelgeſtein tragen.

An dem goldfinger der lincken hand / hart bey dem kleinen finger/ ſol man ringe tragen mit Schmaragden/ Saphiren oder Drachenſteine verſatzt vnnd gezieret / denn in edlen geſteinen vnd kreutern iſt groſſe krafft vnd wirckung verborgen/ die wir zwar nicht alle wiſſen noch begreiffen können / ob es auch gleich nicht alle Bawern gleuben / iſt nicht viel daran gelegen.

Im munde ſol man bißweilen Hyacinten / eine Criſtall / Granaten/ ein ſtück gold/ ſilber / oder weiſſen ZuckerCandit tragen.

Was im munde zutragen.

Ariſtoteles vnd Albertus Magnus ſagen / wenn man einen Schmaragd am halſe trage / ſol derſelbe den menſchen für der ſchwere noth behüten/ Vnd ſteckt alſo fürwar in den kreutern groſſe tugend / aber viel mehr in den edlen geſteinen / ſintemal wol zu gleuben / das dieſelben mit heimlicher verborgener krafft vnd tugend begnadet.

Am halſe einen Schmaragd zutragen.

Deß tages ſol man nicht mehr als zweymal eſſen/ ſonderlichen wenn das mänliche alter erreichet. Die aber von natur Choleriſch / ſollen des tages mehr eſſen.

Des tages nicht mehr dann zwey mal zu eſſen.

Man ſol aber allwege von weicher koſt vber der mahlzeit anfahen/ vnd nicht vom trincken.

Wouon man vber der malzeit anfahen ſol.

Zwiſchen der mahlzeit aber ſol man keines weges trincken/ es erfordere dann ſolches die noth vnd gewonheit / Jedoch weil ſolche gewonheit nicht gut / ſol man von derſelben ſich allgemachſam entwehnen.

Zwiſchen der malzeit nicht zu trincken.

Es iſt auch droben gemeldet worden / das die / ſo mit groſſen geſchefften beladen / ſollen keines weges eine gewiſſe ſtunde zur frůe oder abendtmahlzeit anſtellen/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

noch ſich darzu gewehnen / denn wo ſolches geſchickt/ ſo iſt die alte gewonheit die ander natur / vnd wo man ſolche gewonheit vnterleſt/ſo wird die natur ſehr verletzt/ ſintemal die natur der gewonheit nachahmet / vnd was dann gewonheit iſt/ das bleibet gleich der natur.

Die natur ohmet der gewonheit nach

Im Sommer ſol man ſich in külen gemachen / Winters zeit aber in erwermten gemachen bey feinem hellen fewer enthalten.

Im Sommer küle/ im winter warm gemach zugebrauchen.

In den Schlaffkammern ſol man erſtlichen einen ſanfften rauch machen / vnd nicht ehe ſich darein begeben/ es hab ſich denn der rauch gar verzogen/ denn man ſonſten an ſtat des wolriechenden geruchs lauter rauch in ſich zihen würde.

Abendt gemach oder Schlaffkammern.

Nachdem auch nicht zugleich allen menſchen einerley Diæt kan vorgeſchrieben werden / vnd dienſtlichen ſein/ſol man doch nichts deſto weniger die ſpeiſe fein ordentlichen aufftragen laſſen vnd zu ſich nemen/ wie dann hieruon droben gnugſam meldung geſchehen.

Speiſe ordentlicher weiſe zugebrauchen.

Es iſt auch gantz nützlichen vnd gut / bißweilen einen tag auſſetzen / vnd nichts eſſen / dann durch ſolche enthaltunge deß magens gebrechen/ ſo von füllerey oder andern zufellen entſtehen / wiederumb vertrieben werden / Ja die leiber der menſchen können nachmals deſto beſſer im reiſen vnd kriege den hunger vertragen.

Abſtinentz bißweilen nützlichen.

Die abendmahlzeit ſol man reicher vnd vberflüſſiger anſtellen/ dieweil von der abendmahlzeit an/biß auff des andern tages zu der mittags mahlzeit viel ſtunden gehören. Wo man aber mit nächtlicher kranckheit vnd flüſſen beladen / ſol man die abendmahlzeit geringer anſtellen. Wenn man geſſen / ſol man dem gantzen leibe vnd allen gedancken ruhe laſſen/ das angeſicht vñ mund

Warumb man des abends reichlicher eſſen ſol.

Was nach der mahlzeit zuthun.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

mit friſchem waſſer auſſpůlen vnd waſchen/ die zeen mit
helffenbein oder hirſchhorn / mit reinem ſilber oder gold
reinigen / wie denn droben auch meldung geſchehen /
Ich achte aber darfür / das man keine beſſere zaanſtöch=
erlein gebrauchen kan/ denn die/ſo von Lentiſcken holtz/
Erbſichdorn holtz/ſo ſchön gelbe / oder von ligno pa-
uame, ſonſten Saſſafras genandt / vnd etliche Fenchel=
holtz nennen wollen / zugericht / dann die zeene daruon
gar nicht mit dem geringſten können verletzt / ſondern
viel mehr geſterckt werden/ Denn man erfaren/ſo einem
die zeene weh gethan / vnd er nur ein ſtůcklein des Fen=
chel holtz auff den böſen zeenen gekewet / iſt der ſchmer=
tzen daruon vergangen / Vnd iſt numehr ſolch holtz bey
den Materialiſten zu Leipzig vnd anderßwo gar wol zu=
bekommen.

Nach gehaltener mahlzeit ſol man ein ſtunde oder
zwo ſanfftiglichen hin vnd wieder gehen / oder ſonſten
freundliche vnd kurtzweilige geſprech anhören. Auff den
abend ſol man nicht land in die nacht hinein ſitzen / ſon=
dern nach verloffenen zweyen ſtunden / wenn die mahl=
zeit geſchehen / ſich zu bette begeben. Were es aber/ das
man von wegen ehrlicher vnd notwendiger geſchefft des
abends lang ſitzen vnd wachen můſte / ſol man ſolches
wieder mit dem lange ſchlaff herein bringen. Vnd ehe
man zu bette gehet / ſol man das heupt / die arm / den
růcken/ mit den henden ſanfftiglichen reiben laſſen / Es
were dann/das man ſolche mehr des morgens wolte an=
ſtellen/die materien durch den vnſichtbarn dunſt wegzu=
treiben / dauon droben auch meldung geſchehen.

Zwo ſtunden nach dem abendeſſen zu bette zu gehē.

Linde reibūg anzuſtellen ehe man zu bette gehet.

Winters zeit ſol man ſitzende bey dem fewer die klei=
der außziehen/ vnd die naſſe fůſſe druckenen/ Jedoch ſol
man

Im winter bey der werm ſich außzuziehen.

man ſich vor groſſer hitz vnd rauch / welche der lungen vnd den augen ſchaden thun/ wol fürſehen.

Fewerpfannen nutzbarkeit im Winter.

Man ſol auch im winter das bette vnden vnd oben mit einer fewerpfannen fein erwermen / dann die außwendige werme der inwendigen viel zu gut thut / der dawung hilfft / vnd alle vntüchtige feuchtigkeiten dardurch verzehret werden / Wiewol jhr viel ſind / denen ſolches nicht gefelt / vnd ſagen / das ein dapffer Man/ der wichtige ſachen zuuerrichten / ſich zu ſolchen zarten vnd weichen dingen nicht ſol gewehnen / denn ſie den leib krafftlos machen. Wenn man nun die kleider alle abgelegt / ſol man einen ſchlaffbeltz von wölffen gefüttert vmbthun / denn ſolch futter ſich reiniglich verhelt/ vnd nicht leichtlich motten / leuſe / flöhe oder andere würme an ſich nimpt / wie ſonſten ander futter zuthun pfleget / auch darzu gute werme gibt vnd helt / darumb ſolch futter im kriege / reiſen / vnd auff Jagten vberaus bequem/ ja man kan ſolch futter/ oder die kleider ſo damit gefüttert/ an ſtat der bette gar wol gebrauchen.

Schlaffbeltz von Wölffen futter.

Wenn man nun ſolchen ſchlaffrock vmbnimpt / vnd zu bette gehen wil / ſol man alle ſachen / ſie treffen gleich die gemeinen vnd andere perſonen/ oder jhn ſelbſt an / gantz vnd gar hinlegen vnd auſſchlahen / auff das alſo ſolche bürde hinweg gelegt/ der ſchlaff/ die dawung vnd alle actiones naturales deſto beſſer können verrichtet werden. Des morgens wenn man auffſtehet/ſol man mit anzihung der kleider die gedancken vnd ſorgen/ ſo man auff den abend hingelegt / wiederumb herfür ſuchen / vnd dann denſelben weiter nachdencken vnd verrichten.

Abend gebet.

Ehe man ſich nun niederlegt vnd ſchlaffen gehet/ ſol man

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſol man Gott den allmechtigen mit inbrünſtigem gebet anruffen / das er einem jeden eine ſelige vnnd geſunde nacht verleihen / vnd wieder die liſt vnd ſtercke der böſen geiſter gnediglichen bewahren vnd ſchützen wolle / vnd alſo all ſein leben vnd thun / auch die erhaltung vnd geſundheit des leibes gentzlichen Gott befehlen.

Ferner ſol man auch alle nacht auffs wenigſte ein mal das waſſer abſchlahen / vnd wenn es geſchehen / hinweg ſchütten / das aber / ſo des morgens / wenn die Sonne auffgehet / gefangen wirdt / ſol man in ein rein harmglaß thun / denn man von derſelben beſichtigung kan abnemen / wie es vmb den menſchen geſchaffen.

Nächtlichen dz waſſer ein mal zufahen / vnd dañ weg zu ſchütten / das aber des morgens gefangen wird / auff zuheben.

Deß nachts ſol man ſchlaffen mit offenem munde / den leib aber nach gelegenheit der lufft wol zudecken / vnd das heupt / welchem die nächtliche kelte vberaus ſchedlichen iſt / mit einer leinen ſchlaffhauben (welche zu öberſt ein löchlein / durch welches die dunſt kan heraus gehen) wol verwahren / ſo wol auch des tages / Jedoch wo man in ſtuben vnd warmen orten iſt / ſol man das heupt nicht ſo gar bedecken / denn es das gehirn ſchwechet / mit zertheilen oder aber mit an ſich zihen daſſelbe erfüllet / viel flüſſe verurſachet / vnd zeitlichen grawe haar machet.

Des nachts mit offenem munde zuſchlaffen.

Nächtlicher weil dz heupt mit einer ſchlaffhauben zubedecken.

Deß abendes wenn man ſich nidergeleget / ſol man den ſchlaff auff der rechten ſeiten anfahen / vnd biß in die halbe nacht alſo ligen bleiben / ſich dann auff die lincke ſeite wenden biß gegen morgen / dann wieder ein wenig auff die rechte ſeite. Menniglich aber ſol ſich hüten auff dem rücken zu ſchlaffen / denn ſolches ſchwere treume / ja gefehrliche kranckheiten / als den ſchlagk

Den ſchlaff an der rechtē ſeiten anzufahen.

Rücklicher ſchlaff ſehr böſe.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd dergleichen verurſacht / vnd iſt der menſch ſo auff dem rücken ligt / gleich einer todten leiche.

Was für feuchte des nachts vnnd des tages in vns regiren / vnd zu welcher ſtunde.

Ich achte auch dafür / das dieſes nicht wieder vnſer vornemen lauffen wird / das man alhier an dieſem ort gedencke / was für feuchte in vnſerm leibe des nachts vnd des tages vber ordentlicher weiſe regieren / dann weñ wir das wiſſen / können wir leichtlich das vrteil fellen / woher eine kranckheit oder derſelben zufell verurſacht werden / Denn alle ſechs ſtunden regieret in einem menſchen eine ſonderliche feuchte / als das geblüt hebet an vmb neun vhr des nachts / vnd regieret biß vmb drey vhr gegen morgen. Die gall aber hebet vmb drey vhr des tages an / vnd währet biß vmb neun vhr. Die Melancholey vmb neun vhr des tages / biß vmb drey vhr deß nachts. Vnd von dreyen an / biß vmb neun vhr die Phlegma / das alſo bey nahe die nacht mit der kalten Phlegmatiſchen feuchtigkeit vnd Melancholey zubracht wird / der tag aber mit dem geblüt vnd galle. Vber das / wechſt das blut im Früling / die rote gall aber nimpt zu im Sommer / die Melancholey im Herbſt / Phlegma aber im Winter.

Geblüt. Gall. Melancholey. Phlegma.

Das geblüet wechſt im Früling. Gall im Sommer. Melancholey im Herbſt. Phlegma im Winter.

Diß erzele ich darumb / auff das / ſo jemandt in kranckheit fellet / vnd darauff achtung gibt / zu welcher ſtunden jhn die kranckheit angeſtoſſen / auch wiſſen kan / was es für eine kranckheit ſein / vnd woher ſie kommen möge / vnd alſo deſto leichter die bequemen mittel darzu angeordnet werden können.

Dies decretorij, vrteils tage / warumb ſie alſo genandt.

Nach dem auch die tage / daran man vrtheilen mag / vnd critici oder decretorij dies von den ärtzten genandt werden / vnd in kranckheiten vnd wunden groſſe enderung anzeigen / das man zuuor ſagen kan / ob der krancke

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

francke oder verwundte ſterben oder auffkommen werde / So wil ich auch dieſelbe tage alhier anzeigen vnd namhafftig machen.

Es ſind aber ſolche Critici dies oder vrtheils tage darumb alſo genandt/das in denſelben die natur mit der kranckheit einen ſtreit/entweder zum leben oder tode anſtellet/ vnd das ſich die natur eben auff ſolche tage gleich mit gewalt wieder die kranckheit leget / dieſelbe zu überwindē / Vnd werden derhalben nachfolgende tage dies Critici genandt/ als nemlich / von anfang der verwundung oder kranckheit an zu zelen / der 3. 5. 7. 9. 11. 14. 20. 21. 24. 27. 30. 31. 34. vnd 40ſte / ſolche tage werden aus dem langſamen oder geſchwinden lauff deß Monden verurſacht.

Ferner ſind auch noch andere tage/ ſo die ärtzte Indices oder Indicatorios dies nennen / welche die art vnnd eigenſchafft haben / das ſie gemeiniglichen anzeigen / ob der ſtreittag oder dies decretorius wol oder übel werde hinaus gehen/ vnd ſolches iſt der 4. 11. 17. 24. 31. 37. etc. *Dies Indicatorij, anzeigungs tage.*

Wenn nun ein ſtreittag iſt / in welchem die natur mit der kranckheit conflictirt/an denſelben tagen ſol man nichts von artzney gebrauchen / damit man die natur in jhrem ſtreit nicht verhindere/ ſintemal gemeiniglich auff dieſe tage ein naſebluten/ ein erbrechen / viel ſchwitzens/ oder ein durchbruch des leibes zuerfolgen pfleget / welches alles die natur verurſacht/in dem/das ſie der kranckheit obliget/ darumb man auch ſolch naſebluten/brechē/ vnd ſtulgeng etc. keines weges ſtopffen ſol.

Es haben auch die Egyptier etliche tage erfunden/ ſo man die Egyptiſchen tage nennet / welche auch von Egyptiſche tage / ſo etliche in acht haben.

etlichen in groſſer acht gehabt werden / vermeinende/ das die in denſelben kranck werden/ gar nicht/oder ſelten auffkommen / Dűncket mich aber der warheit nicht gemeß. Weil aber Beda derſelben gedenckt / wil ich ſolche auch mit anhengen / vnd ſind nemlich folgende tage/ Der 1. des Jenners / der 3. vnd 4. des Hornungs / der 1. vnd 4. des Mertzen/ der 10. vnd 8. des Aprilen / der 3. vnd 7. des Meyen/ der 10. vnd 15. des Brachmons/ der 1. vnd 2. des Augſtmons/ der 3. vnd 10. des Herbſtmons / der 3. vnd 10. des Weinmons / der 3. vnd 5. des Wintermons/ der 7. vnd 10. des Chriſtmons.

Das XXVII. Capittel.

Etliche Regeln von dem Regimen vnd Diæt/ ſo wőchentlichen anzuſtellen.

DJeweil nun die anweiſung geſchehen/ was man teglich thun ſol/als wollen wir nun auch vrſach nemen zureden / was man wőchentlichen/ zur geſundheit nűtzlichen/ gebrauchen ſol.

Theriack *Andromachi*, oder Mythridat/wőchentlichen einmal zu nemen.

Wenn ein menſch iſt auff des Mans alter getreten/ iſts nicht vnbequem / wőchentlichen ein mal zugebrauchen einer haſelnuß groß guten Theriacks Andromachi, oder rechtſchaffenen gutes Mithridats / ſo man jetziger zeit von Venedig vnd Anttorff zubringen pfleget / dann ein rechtſchaffener Theriack vnd Mithridat vberaus groſſe krafft vnd tugent haben.

Vnterweilens iſt auch gut zugebrauchen die Latwerge / welche beſchreibung Cneius Pompeius in des vberwundenen kőniges Mytridatis heimligkeiten gefunden

funden hat/ vnd ſo bald hernach folgen wirdt. Bißwei-
len iſt auch nützlichen zugebrauchen die artzney Babſt
Leonis des X. welche lobens wirdig / dieweil ſolche
præſeruiret vnd behütet für der grewlichen ſeuch der Pe-
ſtilentz/ ſo nachmals vnter die andern artzneyen/ ſo wie-
der die gifft dienſtlichen/ ſol mit-erzehlet vnd beſchrieben
werden. Vnterweilens iſt auch nicht vnbequem des
Marſilij Ficini artzney in Morſellen zugebrauchen/dann
ſolche gantz gelinde mit purgiren / der Theriack vnd
Methridat ſtopffen. Gleicher geſtalt iſt auch nicht vn-
bequem/ wöchentlichen ein mal des Caroli quinti artz-
tes Aqua vitæ zugebrauchen/mit ſubtilen kleinen Sem-
melkrümlein vnd gutem zucker zuſammen gemiſcht / ei-
ner haſelnuß groß/ ſintemal auch ſolch Aqua vitæ einen
lieblichē geruch befördert. Item/es iſt auch gantz dienſt-
lichen / das man des abends / ehe man ſchlaffen gehet/
vnterweilens etliche Maſtixkörnlein verſchlinge/ dieweil
ſolche dem gedechtnis vnd verſtande ſehr bequem vnnd
nützlichen/ auch den Magen wol ſchlieſſen.

Folget nun die beſchreibung der Morſellen / Marſilij Ficini, welche allen gliedern des gantzen leibes wolthun / vnd ein wenig mit purgiren.

Nemet außgebiſſene Zimmetrinde iiij. quentl. der
Myrnbolan frucht/Chebuli vnd Emblicarum genant
jeder ij. quent. Saffran / Roſen / jedes j. quentl. roten
Sandel ij. quent. rote Corallen j. quent. weiſſen Zucker
ſouiel darzu gnugſam/ das man Morſellen daraus ma-
chen kan/ Den Zucker ſol man mit Roſenwaſſer/ Citro-

nen oder Limonienſafft / in gleichem gewicht zergehen laſſen / vnd darmit abſieden / biß das er dicke gnugſam/ Morſellen daraus zu gieſſen / als dann die obangezeigten ſtück / alle gepuluert / wol darunter miſchen / letzlich auch darzu thun des beſten Bieſems vnd Ambræ jedes ein drittheil eins quentl. als dann Morſellen daraus gieſſen/ vnd ſolche mit feinem geſchlagenem golde vbergülden laſſen.

Beſchreibung des Aqua vitæ / ſo weilandt M. Gallus, Caroli V. Medicus im gebrauch gehabt / vnd 129. jar darnach gelebet.

Nemet Cubeben / Zimmetrinde / Galgant / Neglein/ Muſcatenblüet/ Jngwer/ jedes iij. lot/ Salbey j. pfund iiij. lot / Dieſe alle ſol man einweichen in zwey nöſſel vnd viij. lot des beſten gebrandten weins/ ſo ſechs mal abgezogen/ ſolches dann fein gelinde wiederumb zuſammen diſtilliren / vnd abzihen. Wenn man ſolch Aqua vitæ recht machen wil/ſo muß man 42. maß gutes weins nemen / vnd ſolchen ſechs mal diſtilliren / ſo wird wenig vberbleiben/ was man zu dieſem Aqua vitæ bedarff/ Diß Aqua vitæ iſt vberaus hitzig. Wenn man nun ſolches abgezogen/ ſol man die jenigen ſtück/dauon es gemacht/nicht hinweg werffen/ dann ſolche zu einem ſchwachen Magen von außwendig können gebraucht werden. Von dieſem Aqua vitæ kan man vnterweilens wöchentlichen ein mal einer haſelnuß groß nemen/ iſt ein krefftig ding/ von wegen ſeiner ſubtilitet/ vnd gibt groſſe krafft den lebendigen geiſtern / vnd wegen ſeiner groſſen werme zertreibt es vnd macht ſubtil/ vnd erhitzt doch

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

gleichwol nicht die glieder / von wegen ſeiner ſubtilen vnd lufftigen art. Es iſt auch gut / die haut vnd hende darmit zubefeuchten.

Ein ander herrliches Aqua vitæ, ſo gelb / vnd Hertzog Friderich zu Sachſſen weilandt für die flüſſe morgens vnd abends gebraucht hat.

Nemet außerleſene Zimmetrinde iiij. lot.
Weiſſen Ingwer j. lot.
Kramer Neglein j. lot.
Guten roten Sandel j. lot.
Muſcaten nüſſe
Muſcaten blumen
Pfeffer
Galgant
Cubeben
Cardamomlein
Aniß ſamen
Fenchelſamen } jedes anderthalb lot.
Zubereitten Coriander mit eſſig/
Spec. Aromat. roſati hab.
Diambræ,
Dianthos, jedes ein halb lot.

Dieſe drey ſpecies muß man aus der Apotecken abholen laſſen.

Maioran bletter/ Baſilien bletter/
Lauendel blümlein/
Roſmarien blümlein/
Spicanarden blümlein/ jeder ein halb lot.

Rote

Rote Roſen j. hand voll.

Das gewürtz vñ ſamen ſollen gröblichen in einen Mörſellen zerſtoſſen werden / aber die bletter vnd blümlein ſol man gröblichen mit einer ſcheren zerſchneiden / dann in ein glaß thun / vñ mit nachfolgenden ſtücken einbeitzẽ.

Nemet Maluaſir / ſo gut / anderthalb nöſſel.
Reiniſchen Brandtenwein v. nöſſel.
Roſenwaſſer mit Bieſem bereit xviij. lot.
Gefült neglein blumen waſſer ij. lot.
Zimmetwaſſer ij. lot.
Zucker Candit anderthalb pfundt.

Dieſe ſtück alle zuſammen gemiſcht / vnd an einen warmen ort geſtelt / teglichen wol vmbgeſchüttelt / vnd nach außgang der 14. tage wieder ein tag vnd nacht in ruhen ſtehen laſſen / dann durch ein new wüllen lauweſecklein ſanfftiglichen gieſſen / biß es klar werde.

Ein ander fürtreffliches Aqua vitæ, oder Elixir vitæ.

Solch Elixir vitæ hat der hochgelarte vnd hocherfarne Medicus, Doctor Johann Schröter / für etlichen jahren / für den Wolgebornen vnd Edlen Herrn / Herrn Günther / der vier graffen des Reichs / Graffen zu Schwartzburgk etc. ſeliger gedechtnis / geordnet.

Nemet des beſten Reiniſchen Weins 15. kandel / laſſet dieſen drey mal durch eine gebrandte wein blaſe gehen / jedoch mit gelindem fewer / Als dann nemet von ſolchem gediſtillirten brandtewein gute anderthalb nöſſel / oder gleich zwey nöſſel / oder zwey pfundt Apotecker maß / thut ſolchen in ein glaß / vnd dieſe nachfolgende ſtücke

ſtücke gröblichen gepuluert auch darzu / Nemlichen:

Außgebiſſene gute Zimmetrinde ij. lot.
Saurampffer bletter /
Scordien kraut/
Rote Prouintz roſen / jegliches iij. quent.
Gelben Sandel anderthalb quent.
Paradißholtz iiij. ſcrupel.
Galgant/
Muſcaten blümlein/
Groſſe vnd kleine Cardamomlein / jeder zwey drittheil eins quent.
Neglein/
Muſcatennuß/ jedes ein halb quent.
Cubeben/
Paradiß körner / jeder ein drittheil eins quent.
Bieſem vij. gerſtenkörner ſchwer.

Solche alle zuſammen gethan in ein groß glaß/vnd wol verwahret/ vnd alle tage fünff mal vmbgerüttelt/daſſelbe 15. tage aneinander gethan/ den ſechzehenden tag ſol man ſolches nicht mehr bewegen/ſondern tag vnd nacht in ruhe ſtehen laſſen / gieſſet nachmals ſolches ſachte per Hippocratis manicam, das iſt / durch ein weiß wüllen lauweſecklein/ alſo/das keine ſpecies mitgehen / Wann es denn rein vnd lauter abgeſeihet iſt/ ſo thut aus der Apotecken darzu

Myuæ Citoniorum ſimpl. das iſt / Quittenſafft one gewürtz/mit zucker abgeſotten/
Syrupi d. corticibus citij, den ſafft von Citronen ſchalen/ jedes viij. lot:

Vermiſchet ſolches zuſammen wol / ſo habt jhr ein gut Aqua vitæ oder Elixir vitæ. Dieſes ſol man alle tage/

oder vber den andern tag ein mal einen löffel voll / biß auff zweene / mehr nicht nemen / Solches ſtercket das heupt / verzehret die flüſſe / auch ſtercket es den Magen/ vnd eröffnet die Leber/ vnd machet wol dawen / behütet für der gelbſucht / waſſerſucht vnd ſchlage.

Man mag auch wol an ſtat der Aqua vitæ, oder Elixir vitæ, ein gut Zimmetwaſſer gebrauchen / denn es ſonderlichen denen gantz nütz vnnd bequem iſt / welche das Aqua vitæ oder Elixir vitæ nicht wol trincken können / oder jhnen daſſelbe nicht aller ding bekomen wil. Vnd ſol demnach auff folgende weiſe zugerichtet werdē.

Nemet der außgebiſſenen Zimmetrinde j. kramer pfundt/ zubrechet ſolche mit der hand in gar kleine ſtücklein / zerſtoſſet ſie als dann in einem mörſel gröblichen/ gieſſet in ſolchen ein wenig Roſenwaſſer darzu/ auff das ſie im ſtoſſen nicht zuſehr ſteube / vnd die krafft verliere. Dañ ſolche in einen weitē gleſern diſtillir Allembigk/oder in einen verglaſurten topff/der oben eng/vnd vnten weit iſt / gieſſet darüber des beſten roſen waſſers iiij. nöſſel/ Maluaſir anderehalb nöſſel / oder andern guten Reiniſchen alten wein / Laſſet es zuſammen ein 3. oder 4. tage an einen warmen ort ſtehen / Jedoch das man alle tage ein mal ſolches zuſammen vmbſchüttele. Alßdenn ſol man ſie in Balneo Mariæ, mit einem gläſern brinzeug abzihen / vnd beydes den brinzeug vnd das glaß/ ſo vntergeſatzt wirdt / gantz wol perludiren / damit ſich das Zimmetwaſſer im diſtilliren nicht verrieche. Der erſte gang / ſo heraus gehet/ iſt grawlichen / vnd iſt der beſte/ ſol auch ſonderlichen auffgehaben werden / Alſo auch der mittelſte vnd letzte beſonders verwaret werden.

Nutz

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Nutz vnd gebrauch dieſes waſſers.

Dieſes Waſſers ſol man deß morgens nüchtern/ auch wol vmb Veſperzeit 1.2. oder 3. löffel voll auff ein mal nemen/Dann es dienet für alle kranckheiten/ſo von kelte kommen / dieweil es den kalten ſchleim vnd feuchtigkeiten / ſo in dem gehirn vnd Magen ligen/digeriret/ dünne machet vnd verzehret/ ſo zerteilet es auch die winde vnd bleſtigkeiten/ Es iſt auch gut der Leber vñ Miltz/ es ſtercket das gedechtnis / das gehirn vnd hirnadern/ iſt gut für die ohnmacht / hertzwehe vnd hertzklopffen/ wiederſtehet auch der gifft. Es erfordert die weiblichen blumen / dienet auch wieder die Colica vnd fortſetzung der ſtulgeng vnd der winde / daruon groſſe ſchmertzen kommen / Es ſtillet den vnwillen vnd eckel des magens/ iſt gut zu allen mutterkranckheiten / dienet denen wol/ſo einen ſchweren athem / Item denen ſo ſich des ſchlages vnd ſchwerer noth befahren / oder allbereit darmit behafftet ſeind. Es iſt auch lieblichen zu nemen / vnd machet den menſchen einen wolſchmeckenden mund vnnd wolriechenden athem / ſonderlichen wenn ſolcher gebrechen entſtehet aus dem Magen.

Krefftige Küchlein / ſo Doctor Hieronymus Braunſchweigk/ weilandt Stadtartzt vnd Apotecker zu Straſsburgk / in teglichem gebrauch gehabt/vnd ſein alter mit göttlicher hülff auff 110. jahr gebracht hat.

Nemet gute Zimmetrinde / Ingwer / jedes iij. lot/ Muſcaten nuß / Neglein / langen Pfeffer / Muſcaten-

blüet / Galgant / jedes ij. quentl. weiß Diptan wurtz /
Zitwer / Calmus / Bibenel / heiligen geiſt wurtzel oder
Angelica, jeder j. quent. der beſten Rhabarbara j. lot/
Rhapontica ij. quent. Saffran ein halb quent. Dieſe
alle ſol man ſubtil puluern/dann nemen j. pfund zucker/
oder ſouiel man deſſen benötiget/ denſelben wie ſichs ge=
hört / mit einem gediſtillirten wolriechenden waſſer wol
abſieden / nachmals das puluer darunter miſchen / vnd
küchlein daraus machen. Dieſe küchlein ſtercken das ge=
hirn vnd gedechtnis/ nemen hinweg alle Melancholey/
ſchwermut vnd ſchwindel / reinigen vnd ſeubern das ge=
blüete / ſtercken das hertz / vnd erwecken einen appetit
zum eſſen vnd trincken/ erhalten den leib offen/ thun de=
nen wol / ſo hefftig huſten / vnd zur ſchwindtſucht ge=
neigt ſein/ heilen auch hitzige geſchwer der bruſt/ zerthei=
len die engigkeit des hertzens / vnd ſtercken alle glieder.
Von dieſen küchlein ſol man abends vnd morgens drey
oder vier eſſen / dann ſie vber das für mancherley vnbe=
kandte kranckheiten ſehr præſeruiren / Vnd iſt gewiß/
das ſie auch das ſaure auffröpſen des Magens ſtillen.
Vnd ob es wol an dem / das dieſe küchlein von außerle=
ſenen einfeltigen ſtücken zuſammen geſetzt/ſo bekommen
ſie doch einen bittern vnd wiederlichen ſchmack / darfür
etliche einen eckel / vnd der natur zuwieder. Wenn nun
ſolches geſchicht / ſol man dieſelbe nicht zu offt gebrau=
„ chen / Denn wofür die natur ein abſchew hat / das iſt
„ derſelben auch gantz entgegen / vnd wird der gebrauch
„ nicht vnbillich vndienſtlich erkant. Es wird aber alhier
geredt von geſunden perſonen/denen bißweilen eine artz=
ney zuwieder.

Zucker Julep. Vber das ſol man auch den Zucker Julep / welcher
die krafft

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

die kreffte vermehret/ vnd das alter zu rücke helt/ keines weges hindan ſetzen/denn er an ſtat ſpeis vñ tranck kan gebraucht werden/ Ja er hat auch ſolche ſtück in ſich / ſo der natur gar lieb vnd angenem/ vnd wird auff nachfolgende weiſe zugerichtet.

Nemet drey nöſſel des allerbeſten Reiniſchen weins/ thut darzu des allerbeſten vnd weiſten Zuckers ij. pfund/ laſſet ſolches zuſamen ſo lang kochen / biß ein ſafft oder Julep draus wirdt/ den mag man nachmals mit reinem brunnwaſſer vermiſcht gebrauchen.

Ein köſtliche Latwerge Petri Apponenſis / welche das hertz ſtercket / vnd die gantze natur erhelt/ machet den menſchen frölich/ vnd nimpt hinweg die müdigkeit / bekompt wol den trawrigen / ſchwermütigen vnd gichtbrüchtigen.

Nemet rote zubereitte Corallen / Muſcaten blüet/ hirſchhertz beinlein/ Ambræ, Perlen / Criſtallen / rein fein goldt/ rein ſilber/ helffenbein/ Saphirr/ Rubinen/ Hiacinthen/ jedes v. quent. Cubeben ij. quent. Bieſem ein halb quentl. Roſmarien blüet/gebrandt helffenbein/ dreyerley Sandel/ Neglein / Galgant / Calmus / Cubeben/ Indianiſche Spica/ Pimpernüßlein / Preſilien ſamen/ Cardomömlein/ langen Pfeffer/Lorbern/Bertram/ jedes iij. quent. Gummi von Stiraxbaum/Magnetenſtein/ Myrrhen/ des beſten Opy/ jedes j. quentl. Peonien ſamen eingeſamlet wenn der Mon new iſt/Camillen blumen/ Buchliligen/Maioran/Lauendel/Ammoy / Holwurtzel / Roſmarien / jedes iij. quentlein /

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Orientaliſchen Saffran ein halb quent. Paradißholtz/ weiſſen Magſamen/ jedes ij. quent. Zucker/ ſouiel zu einer latwerge von nöten. Dauon ſol man auff ein mal zwey oder drey quent. mit wein eingeben.

Ein andere gute Stercklatwerge.

Nemet eingemachte Roſen ij. lot / Borragen blumen eingemacht / blau viol blumen eingemacht / jeder j. lot/ Hindleufft wurtzel/ Citrinat/ jeder iij. quentlein/ aus der Apoteck der Specierū Diarrhodon Abbatis zwey drittheil eins quent. Diambræ ein halb quentl. gebrandt Helffenbein oder Indianiſche Spica/ rote zubereitte Corallen / zubereitte Perlen / jeder ein drittheil eins quentleins. Dieſe alle mit ſaurem Citronen ſafft zu einer Latwergen angemacht.

Es wil aber hierbey dieſe erinnerung von nöten thun / das man dieſe jetzige erzehlte artzney mittel nicht zugleich auff ein mal oder teglichen gebrauche / ſondern wechſels weiſe/ nemlichen dieſe wochen eins/ die folgende woche das ander/ Denn die abwechslung nicht allein dieſen nutz gibt / das man mit luſt ein ding gebrauchet/ ſondern das dardurch auch vermieden werden/ das nicht aus teglichem gebrauch eins dinges eine natur werde.

Wem feuchtigkeitē nächtlicher weile einem aus dem munde ſickern / was darfür zugebrauchen.

Dieweil ſichs auch zutregt / das manchem menſchen nächtlicher weile (mit ehren zumelden) geiffer aus dem munde fleuſt/ ſo wil alhier nicht vnbequem ſein/ etliche mittel wieder ſolche beſchwerung anzuzeigen. Derwegen da ſolcher flieſſender geifer verurſacht wirdt von vberley hitze / ſo ſol man eine ader ſchlahen laſſen / ſich darneben meſſig verhalten/ vnd ſolche ſpeiſe gebrauchen/ die an

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

die an ſich zeucht. Fleuſt aber ſolcher geifer aus vrſach vieler Phlegmatiſchen feuchtigkeiten / ſol man ſich gleicher geſtalt meſſig halten/ die materiam digeriren laſſen mit Hyſſop/ ſo in Oxymel gekocht worden / oder Hyſſopwaſſer mit Oxymel vermiſcht / nachmals ſich purgieren mit Hiera picra, die zunge vnd den mund mit Salbey blettern/oder mit der Latwerge Aurea alexandrina genandt / reiben. Alſo auch ſonſten andere ſtück/ ſo den leib außtrucknen/ appliciren.

Nagel an henden vnnd füſſen wöchentlichen ein mal zuverſchneiden.

Man ſol auch wöchentlichen die negel an den henden vnd füſſen verſchneiden / Die füſſe auch wöchentlichen ein mal / nach gelegenheit vorſtehender lufft / waſchen / entweder in warmen oder kaltem waſſer / darein zuuorn Camomillen / Iſop / Lauendel vnd dergleichen gelegt / auch nach der waſchung die füſſe mit ſaltz vnd eſſig wol reiben laſſen.

Wöchentlichen die füſſe ein mal zuwaſchen.

Im Winter ſol man die füſſe bey einem fewer wol druckenen/ welches verſtanden wird von denen/ ſo ſolch waſchen vnd reinigen nicht übel bekümpt / Dann die von natur flüſſig ſeind / vnd viel kaltes ſchleims haben/ denen bringt das fußwaſchen mehr ſchaden/denn frommen.

Das XXVIII. Capittel.

Vom Regimen vnd Diæta / ſo man Monatlichen halten ſol.

WEil biß daher nottürfftiglichen von dem Regimen vnd Diæt / wie man ſich täglichen / auch wöchentlichen durchs jahr vber verhalten ſol/ angezeigt

angezeigt worden/ als erfordert die ordnung auch anzu-
deuten / was man monatlichen thun ſol.

Monatlichen ſol man ſich zwey mal vn-dawen.

Es wird aber nach der lehr Hippocratis vnd Aui-
cennæ anweiſung gegeben / das man ſich monatlichen
zweymal oder zwene tage aneinander erbrechen vnd vn-
dawen ſol. Welches zwar nicht ſo genaw mag in acht
gehabt werden / wo man meſſig lebet / vnd ſich nicht
vberfüllet.

Nutz des erbrechens.

Das vndawen aber bringet ſolchen nutz / das der
vberfluß / welcher aus der erfüllung der ſpeiſe vnd des
trancks / ſo vberflüſſig eingeſchütt worden (wie ſolches
dann ſehr offt vnd viel in den kalten mitternächtiſchen
lendern zugeſchehen pfleget) wiederumb durch das er-
brechen hinweg gebracht wird. Derhalben wenn man
ſich mit eſſen vnd trincken vberladen / ſoll man als dann
das vndawen vor die hand nemen / dañ ſolches eine für-
nehme artzney die vberladung abzuwenden/vnd bekennet
Ranzouius, das ſo offt er die maſs in eſſen vnd tricken
vberſchritten/ ſo hab er ſich gewehnet/ vnd zwey mal in
einem monat geundawet / jedoch nit bald auffeinander/
ſondern etzliche tage darzwiſchen außgeſetzt. Es lehret
aber Hippocrates, das es beſſer vnd nutzlicher ſey (wer
ſich zum erbrechen gewehnet) monatlichen zwene tage
aneinander ſoches vorzunemen / dann etzliche tage dar-
zwiſchen außzuſetzen/ aus vrſachen/damit das jenige/ ſo
des erſten tages mit dem erbrechen nicht gar hinweg
bracht worden / auff den andern tag vollend geſchehen
möge.

Erbrechen eine vorneme artzney/ weñ man ſich mit eſſen vñ trincken vberladen.

Lib. 1. de ratione Victus.

Man ſoll aber nach dem erbrechen die augen vnd
zeene mit eſſig vnd wein/oder aber mit wein vnd Roſen-
waſſer/ oder mit dem waſſer ſo droben angezeigt wordē/
wol

wol waſchen vnd außſpülen / Item ein trüncklein gutes friſchen weins / oder ein ſtücklein quittenlatwerge / oder ein löffel voll des dünnen quittenſaffts / oder Krauſemüntzen ſafft / ſo mit zucker zugericht / zu ſich nemen / das ſtercket den magen wieder / Man ſol auch im Sommer monatlichen ein oder zwey mal im kalten waſſer baden. Nach dem vndawen den magē zuſtercken.

Das XXIX. Capittel.

Von den vier vnterſchiedlichen zeiten des Jahrs.

Die alten haben das gantze Jahr in vier vnterſchiedliche theil fein abgetheilt / ohne zweiffel daher / dieweil von der Sonnen vnd andern ſternen eine jede zeit im jahr allgemachſam andere qualitet vnd eigenſchafft an ſich nimpt / Denn die tegliche erfahrung bezeuget / das der Früling vnd Lentz im anfang feuchte / im mittel temperirt / im ende aber warm / Der Sommer aber warm vnd drucken / der Herbſt drucken vnd kalt / der Winter aber kalt vnd feuchte. Ja wenn man fleiſſig achtung darauff gibt / ſo kan man faſt täglichen vnd nächtlichen ſolche vier jahrszeiten ſpüren vnd vermercken / Denn deß morgens frůe iſt es gemeiniglich kůel oder feuchte / vmb mittage aber etwas temperiret oder vermenget / nach mittage warm oder drucken / deß abends drucken oder kalt / jedoch ſolches mehr oder weniger nach der zeit des Jahrs: Derwegen wollen wir erſtlichen ſtückweiſe eine jede zeit deß Jahrs für vns nemen / vnd jhre eigenſchafft anzeigen / Nachmals auch

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

lehren / was man darinnen thun / vnd wie man ſich in eſſen vnd trincken / ſampt andern ſachen verhalten ſoll.

Das XXX. Capittel.

Vom rechten anfang des Jahrs / als vom Frůling vnd Lentz.

Frůlings anfang.

Aequinoctiũ Vernale.

DEr Frůling fehet an / wenn die Sonne kompt in das zeichen des Wieders / gemeiniglichen auff den 10. tag deß Mertzens / zu der zeit / da tag vnd nacht gleich iſt / vnd numehr der kalte Winter abnimpt / vnd die erde (ſo biß daher von groſſer kelte hart verſchloſſen geweſen) ſich wider auffthut / der ſchnee von der werme zerſchmiltzt / die feuchtigkeit in die beume ſchlecht / die wurtzel vnd kreuter (ſo lange in der erden verborgen gelegen) ſich wieder herfür thun / die wieſen aber anfahen zu grůnen / vnd von mancherley ſchönen geferbten blumen trechtig werden / vnd die beume beginnen zu blůhen / das viehe luſtig wirdt / ſich zuſammen gattet vnd junget / die vogel anheben zuſingen / vnd die Nachtigal im walde ſich mit jhrem lieblichen geſange auch hören leſt / vnd alſo die gantze erdt / berge vnd thal / von der kelte entlediget / herrlichen gezieret vnd geſchmůcket werden / auch alle thier / vnd was da lebet / wieder zu ſeinen vorigen vollſtendigen krefften kommen.

Wenn nun der Frůling eintritt / ſol man wenig eſſen / aber deſto mehr trincken / mehr gebratene / dann gekochte ſpeiſe gebrauchen / doch allgemachſam von gebratener ſpeiſe zur gekochten ſchreiten / auch wenig kochkreuter gebrauchen / vnd iſt zu der zeit fůrnemlichen das kalb

kalb vnd ſchöpſſen fleiſch ſehr dienſtlichen. Es iſt auch nůtzlichen / das man das offt vnd lange faſten im Lentzen einſtelle. Vnd nach dem der Lentz eine gar geſunde vnd temperirte zeit / ſo ſol man ſich ſo viel deſto mehr in eſſen / trincken vnd andern ſachen/darinnen die geſundheit ſtehet / meſſig verhalten / auff das der leib nicht in kranckheit gerahte.

Im Frůling die temperirteſte vnd geſůndeſte zeit.

Weil auch das geblůet im Frůling wechſt/vnd ſich in dem menſchen erhebet / vnd ſein dominium hat / als ſol man im Frůling zur adern laſſen/ vnd ſich purgiren/ doch nach eines jeden Complexion vnd gelegenheit / notturfft vnd maß/ wie zuuor dauon meldung geſchehen. Es iſt aber ein alter guter gebrauch / das man im April oder Meyen getrencke/ſo das geblůt reinigen/ jårlichen gebrauchet / vnd als dann darauff zur adern leſt/ welches nicht alleine 30.40.50. jåhrigen perſonen/ſondern auch jungen leuten (ſo gemeiniglichen vmb dieſe zeit pflegen außzuſchlahen vnd kretzig zuwerden) gantz bequem vnd dienſtlichen / Derwegen ſolche blutreinigung oder Meyentrencke vngefehrlich auff nachfolgende weiſe/ nach eins jeden gelegenheit vnd vermögen können zugerichtet werden.

Im Frůling wechſt das geblůt / darumb man auff dieſe zeit zur adern laſſen ſol.

Erſtlichen ſo kan der gemeine mann den Molckentranck/ ſo nicht viel geſtehet/ zurichten/ wie folget:

Nemet junge außgeſchlagene grůne feldtraute / ſo man Erdrauch nennet / junge Hopffen ſprießlein / jung Hindtleufft oder Endiuien kraut/ jedes iij. oder iiij. guter hand voll/ Dieſe alle zuſammen klein zerhackt / vnd dann geſtoſſen/ den ſafft daraus gepreſt/ vnd zum fewer geſetzt / vnd ſanfftiglichen auffwallen laſſen / ſo ſchůtt er ſich wie molcken / dann wol verdeckt hinſetzen / vnd

Molckentranck/ſo das geblůet reiniget/fůr arme leute.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ein bahr stunden ſtehen laſſen / nachmals das ſubtileſte durch ein duppel tüchlein ſeihen / vnd zu einem halben nöſſel j. nöſſel wolgelebter molcken thun / Wil man es lieblich haben / ſo mag man vier oder mehr lot Zucker darzu thun / Vnd dann ſolches auff vier morgen fein warm außtrincken. Da man ſolches zum andern mal auch zurichtet / vnd gebrauchet (wie meldung geſchehen) ſo iſts deſto beſſer.

Die ander art iſt dieſe:

Der ander Meyētranck.

Nemet friſche wilde Raute klein gehacket j. handt voll / Borragen blumen / Ochſenzungen blumen / Epithymi cretici aus der Apotecken / jedes ein halbe handt voll / Engelſüß wurtz gröblichen zerſtoſſen vj. quentlein / Fenchelſamen ij. quent. Senetbletter ohne ſtiel iiij. oder vj. quentlein / Zigen oder andere wolgelebete molcken iij. nöſſel / Solches leſſet man zuſammen biß auff den dritten theil ſanfftiglichen einkochen / dann durchgeſeihet / vnd darzu gethan Roſenhonig iiij. lot / Daruon nachmals alle morgen einen guten ſtarcken trunck 4. oder 5. ſtunden vor der mahlzeit gethan.

Die dritte art wirdt auff nachfolgende weiſe zugerichtet:

Der dritte Meyētranck.

Nemet friſche wilde raute oder Erdrauch klein zerhackt ij. guter hand voll / außerleſene Senetbletter ohne ſtiel ij. lot / der beſten außerleſenen Rhabarbara gröblichen zerſtoſſen j. quent. weiſſen Ingwer ij. quent. blaw Mertzen violen blumen eine halbe hand voll / Zigen molcken ij. nöſſel / Endiuien waſſer ein halb nöſſel / Machet die Molcken vnd das Endiuien waſſer zuſammen gar heis / thut die ernanten ſtücke in einen verglaſurten gelben topff / den Ingwer aber zerſchneidet gar klein /

vnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd gieſſet ſolches vber alles/ decket es wol zu / vnd laſſet es eine nacht alſo ſtehen / auff den morgen ſetzet es zum fewer/ laſſet es ein wenig auffwallen/ als dann ſeihet es durch ein duppel tůchlein / thut dann darzu den ſafft von wilder rauten / mit zucker abgeſotten / aus der Apotecken / Item des ſaffts Epithymi mit zucker zugericht/ jedes iiij. lot/ Miſchet es wol zuſammen/ theilt es dann in 5. oder 6. gleiche theil/ nach eines jeden vermögen oder alter abe / vnd nemet jeden theil auff den morgen fein warm zu euch/ vnd faſtet darauff fünff ſtunden.

Die vierde art / ſo ich M. Johannes Wittich Medicus viel jahr im gebrauch gehabt / vnd viel guts darmit außgerichtet/ wird alſo zubereitet: Der vierde Meyētranck.

Nemet wilde raute drey hand voll/ Jungfrawhaar/ hopffenſprießlein ſo im Frůling herfür ſtoſſen/ Endiuien kraut / jedes anderthalb hand voll / Sůßholtz klein zerſchnitten ij. lot/ Roſin ohne ſtein/ oder der kleinen roſinlein ij. lot/ Senetbletter ohne ſtiel iij. lot: Dieſe alle ſol man mit iij. nöſſel Ziegenmolcken eine nacht einweichen/ dann bey dem fewer biß auff die helffte einkochen laſſen / als dann die brůe abeſeihen / darein thun gute Rhabarbara iij. oder iiij. quentlein / gröblich zerſtoſſen/ gelben Sandel/ Zimmetrinde/ jedes ein halb quentlein/ ſolches wieder ein tag ſtehen laſſen/ dann abeſeihen/ vnd des ſaffts von den Roſen/ ſo neun mal eingeweicht/ viij. oder x. lot darzu thun / Dann alle morgen ein guten ſtarcken trunck fein warm zu ſich nemen / vnd darauff 5. ſtunden faſten/ Vnd da man voller vnreines geblůts/ mag man ſolchen tranck zum andern mal zurichten vnd gebrauchen.

Es iſt auch dieſe warnemung vnd auffmerckung

(das der Lentz im anfang vnd ende etwas in der feuchte vnd werme excedire) zur anſtellung dienſtlicher diæt/ vnd lebens ordnung keines weges zuuerachten noch hindan zuſetzen.

Das XXXI. Capittel.

Von dem Sommer.

Sommers anfang.

DEr Sommer nimpt ſeinen anfang / wenn die Sonne den erſten grad des Krebs erreicht/ welches dañ gemeiniglich geſchicht auff den 12. tag des Brachmons / vnd auff dieſe zeit werden die tage warm vnd lang / die nächte aber kurtz / die winde gantz gelinde/ das me[illegible]r ſtille / die früchte vnd blumen werden von wegen des warmen wetters zeitig / die vogel laſſen ſich an allen enden mit voller ſtimme hören/ die bienen/ ſo honig ſetzen / erquicken ſich an den mancherley wolriechenden blumen/ zu dieſer zeit werden auch die ſchlangen außgeheckt/ vnd laſſen die gifft von ſich.

Was für ſpeiſe im ſommer dienſtlichen.

Im Sommer ſol man der ſpeiſe abbrechen / vnd dem trunck zulegen / vnd keine gebratene / ſondern gekochte vnd kalte ſpeiſe gebrauchen/ auff das alſo der leib von der hitze vnd truckenheit nicht verletzt werde / Man ſol auch ein gut friſch bier trincken / doch das ſolches von natur nicht zuſehr kalt / oder aber durch eyßſchollen oder kalt waſſer hefftig erkelt ſey / dauon der leib verletzt werden kan. Es pfleget auch im Sommer die galle vber hand zu nemen / darumb alles aderlaſſen vnd purgieren gantz gefehrlichen / fürnemlich in den hundstagen / wie dann auch alle verwundung zu dieſer zeit gefehrlichen vnd vnheilbar.

Im Sommer nim̃t die gall zu/ vnnd hat das *dominiũ*.

Aderlaſſen vnd purgiren im Sommer ſchedlichen.

Im Sommer ſol man die kleider mit wolriechenden öhl beſtreichen / vnd allgemachſam wandern / Es ſey dann / das man wegen groſſer hitze zureiſen hat / Vnd weil der Sommer warm vnd trucken / als ſol man dargegen auff kelte vnd feuchte alles richten.

Das XXXII. Capittel.

Von dem Herbſte.

DEr Herbſt thut ſich nach rechtem eingang der Sonnen in den erſten grad der Wagen anfahen / welches dann gemeiniglich geſchicht den 13. tag des Herbſtmons / Vnd dann iſt der tag vnd die nacht wiederumb gleich / nachmals nimpt der tag abe / vnd wird kürtzer / die nacht aber lenger / Zu dieſer zeit begint die lufft küle zuwerden / die Mitternächtiſchen winde erheben ſich / die waſſer werden groß vnd nemen zu / die brunnquellen aber werden geringer / die bletter an den beumen werden welck / vnd fallen abe / die früchte werden abgenommen vnd verlieren ſich / das getreide wird eingeſamlet / die erde / berge vnd thal verlieren jhre ſchöne geſtalt / die vogel zihen in warme lender / die wilden thier verkriechen ſich in die hölen / alſo ſuchen auch die Schlangen jhre löcher / vnd machen ſie zu.

Herbſts anfang.

Aequinoctiũ Autumnale.

Im Herbſt ſol man mehr als zu anderer zeit eſſen / vnd meſſiger trincken / doch mehr wein dann bier oder waſſer / Es ſol aber die ſpeiſe zu truckenheit geneigt ſein. Man ſol auch die morgen vnd abendt kelte zu dieſer zeit meiden / oder ſich wol darfür verwahren / ſonderlich weil in Herbſt zeiten die enderung des wetters in kelte

Was für ſpeiſe im Herbſt dinſtlichen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd werme gar vngleich/vnd leicht kranckheiten/ſo lang wåhren / verurſachen kan. Die ehelichen wercke ſol man zu dieſer zeit gantz vnterlaſſen / dieweil zu der zeit von vngleicher kelte vnd werme der menſchliche Cörper leicht verletzt wird / darumb man nicht vergebent ſaget/ das allen ſterblichen menſchen der Herbſt tödtlichen ſey.

Ehliche wercke im Herbſt einzuſtellen.

Dieweil ſich auch die frůchte noch nicht erlegen/ſol man ſich darfůr hůten / auff das nicht von böſen vngedaweten ſafft vnd vngeſundem wetter der gantze leib corrumpiret vnd zu kranckheiten bewegt werde.

Fůr Herbſt frůchten ſich zuhůten.

Es hat auch im Herbſt die ſchwartze gall vnd Melancholiſche feuchtigkeit jhr dominium, vnd nimpt vberhand. Vnd weil der Herbſt von natur kalt vnnd drucken / als ſollen alle ſachen auff werme vnd feuchte angeſtelt werden.

Schwartze gall wechſt im Herbſt/vñ hat das *dominium*.

Herbſts natur.

Das XXXIII. Capittel.

Von dem Winter.

DEr Winter hat ſeinen anfang/wenn die Sonne den erſten grad des Steinbocks erlanget / welches gemeiniglich geſchicht den 12. tag des Chriſtmonats / zu dieſer zeit werdẽ die nächte ſehr lang/ die tage aber gar kurtz / die kelte nimpt teglichen zu / die winde werden ſcharff / es ſchneiet plötzlichen / vnd die waſſer wachſen / die erde wird von der kelte ſehr hart vnd feſt verſchloſſen / die beume haben keine bletter / die wilden vnd andere thier verbergen ſich in den gruben vñ hölen der berge fůr groſſer kelte vnd feuchte / die lufft wird trůbe vnd denckel/ das viehe bebet vnd zittert / die

Winters anfang.

krefſte des leibes nemen abe. Im Winter ſol man viel eſſen/ vnd wenig trincken/vnd ſich hefftig bewegen/ ſolches iſt vberaus nützlichen / dann daruon wird der Magen geſterckt / vnd die natürliche werm erwecket / damit die dawung des Magens deſto beſſer vollbracht werde. Man ſol auch guten wein trincken / vnd ſpeiſe eſſen / ſo warm vnd drucken/ Item gebraten fleiſch vnd fiſche/vnd wenig kochkreuter. Es ſol aber alles trincken vberſchlagen ſein / Man ſol auch für der früe vnd abend kelte das heupt/den nacken vnd die beine wol verwahren/mit hin vnd wieder gehen/ lauffen/ embſigen fechten vnd ringen ſich bewegen / wie denn auch ſonſten andere bewegung des leibes zu dieſer zeit gantz nützlichen.

Wie man ſich im Winter mit eſſen vnd trincken verhalten ſol.

Denen es auch gebüret / die ſollen meſſig die ehelichen werck im winter anſtellen / dann ſolche dem leibe gar keinen ſchaden zufügen. Vnd weil der winter von natur kalt vnd feuchte iſt / als ſol man dargegen das leben zur werm vnd druckenheit anſtellen. Es iſt auch diß zuwiſſen/das im winter die rotzige Phlegmatiſche feuchtigkeit wechſt / zunimpt/ vnd das dominium hat.

Im Winter ehliche werck zu üben nützlichen.

Winters natur.

Phlegmatiſche feuchtigkeit im winter das *dominium*.

Das XXXIIII. Capittel.

Was in gemein im Jahre zuthun.

WEil nun bericht geſchehen/was man in den vier theilen des jahrs / als im Früling / Sommer/ Herbſt vnd Winter thun ſol / So wollen wir auch kürtzlichen bericht thun / was man in gemein im gantzen jahr verrichten ſol. Für das erſte ſol man vermanet ſein / das ein jeglicher jährlichen ſeinen geburts

Geburts tag ſol jährlichen in ehren vnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd frewden begangē werden.

tag in frewden vnd frôligkeiten mit ſeinen verwandten vnd guten freunden begehen ſol/ Fürnemlich aber der ewigen/ hohen / einigen / vnzertrennlichen Dreyfaltig= keit hôchlichen danckſagen/das dieſelbe einem jeden von jugend an biß auff dieſe ſtunde viel guts an ſeel vnd leib erzeiget / vnd bey guter geſundheit erhalten hat / Nach= mals ſol ein jeder nach hôchſtem vermôgen dahin den= cken / wie er ſeinen leib durchs gantze jahr in guter ge= ſundheit erhalte / vnd das allerley ſchwachheiten ver= mieden werden. Es ſol auch ein jeder fleiſſig zuuor er= kůndigen des jahrs eigenſchafft / beydes der regierenden Planeten/ finſterniſſen/ Conſtellationen/ witterung/ ſo ſich das gantze jahr zutragen / auch die figuras reuolu- tionum vnd Themata fleiſſig anſchawen vnd betrach= ten/ Item was für kranckheiten einfallen werden / dann ſolches alles zu vielen ſachen menniglich nützlichen vnd nachdencklichen ſein kan.

Vberflůſſige leibs vñ kopff arbeit einzu- ſtellen/ wenn man auffs alter tritt.

Da auch ein menſch zu einem zimlichen alter kom= men/ſol er vberflůſſige kopff vnd leibes arbeit einſtellen/ im alter offt menſchen vnd ziegenmilch/ auch ſchweins= blut gebrauchen/ das alter darmit zu erhalten.

Zu wem ſich ein Chriſt ge- ſellen ſol.

Es ſol der menſch mit gottfürchtigen / frommen/ glůckhafftigen / erbarn vnd jungen leuten vmbgehen/ dann von ſolchen alles gutes / allerding wie von einem fromen nachtbawer/ zuentſtehen pfleget. Man ſey auch eingedenck / mit ſolchen menſchen freundſchafft zuma= chen / welche von Gott geſegnet werden / das dann bey einem erbarn gemůt / ſchônen gaben/ erbarn geſtalt vnd zierde des leibes vnnd guten glůck erkandt wird / Dann
„ gleich wie von dem Bieſem ein edler geruch entſtehet/ ſo
„ ſich weit außbreitet / alſo kompt auch von einem from=
men

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

men nachtbawer vnnd erbarer frewde / dem nechſten der " mit jhnen vmbgehet / alles guts / Ja wer ſich zu ſolchem " geſellet / der ſchöpfft vnd lernet alles gutes / vnd henget erbarkeit einem ſolchen menſchen allzeit an. Darumb man hinwieder die gemeinſchafft der vnerbarn / gottloſen / frechen / vnzüchtigen vnd vnglückſeligen böſen leute zum höchſten meiden ſol / vnd jederzeit bey fürtrefflichen / tugentreichen vnd glückſeligen freundſchafft vnd gemeinſchafft ſuchen.

Man ſol jährlichen in kaltem waſſer baden (wie droben auch meldung geſchehen) jedoch das ſolches im Sommer angeſtelt / vnd darneben diß in acht gehabt werde / das man nicht zu der zeit im kalten waſſer bade / wenn der leib mit hefftiger bewegung iſt erhitzt worden. Dieweil auch das kalte waſſer dem gehör groſſen ſchaden zufüget / als ſol man ſich wol fürſehen / das im baden kein kalt waſſer in die ohren komme.

Im Som̃er in kaltẽ waſſer zubaden.

Kalt waſſer thut dem gehör groſſen ſchaden.

Es iſt auch vberaus nützlichen / järlichen das heupt drey oder vier mal mit kaltem waſſer zwagen / vnd damit man gewiß wiſſen möge / wie ſolche heuptzwagung anzuſtellen / als ſol alhier dauon auch bericht geſchehen. Denn erſtlichen ſol das heupt mit laulicher oder warmer laug gewaſchen werden / wenn ſolches geſchehen / ſol man mit friſchem brunnwaſſer allgemachſam von der höhe auff das heupt treuffen / vnd baldt darnach heuffig ein drey oder vier nöſſel kalte laug oder friſch brunnwaſſer vber den kopff ſchütten / doch ſo ferne vnd ſo viel ein jeder nach gelegenheit ſeines leibes ertragen kan. Wenn nun ſolches geſchehen / ſol man das heupt mit tücherlein ſo nicht erwermet / von der neſſe wiederumb abtrucknen / Vnd iſt an dem / das ſolche kalte zwagung

Wie die zwagung des heupts nützlichen anzuſtellen ſey.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

viel vnd groſſen frommen bringet / vnangeſehen / das von ſolcher kalter waſchung der menſch nicht in ein gering ſchrecken oder ſchuttern gereht / ſo iſt doch der nutz/ der daruon kompt/dieſer/ das erſtlichen von außgieſſung des kalten waſſers die inwendige werm gleich zubleiben verſchloſſen wird / die vngedawten feuchtigkeiten verkochet / die vberflüſſigen aber digeriret / vnd die ſpiritus daruon temperiret werden. Zum andern / ſo iſt auch ſolche kalte abwaſchung des heupts darzu nützlichen/ das der kopff nicht kahlglitzig noch graw werde/ ſonderlichen wo ſolches gethan wird / ehe ſich die kalglitzigkeit vermercken leſt / das heupt auch vnd alle ſinne zu jhren rechten bewegungen vnd wirckungen deſto fertiger werden / dann einem jeden gleich von ſeines gleichen hülffe geſchicht/ vnd daruon erhalten wird.

Das man auch warme fußbade/vnd waſchung der hende mit kaltem waſſer nach gehaltener mahlzeit / gebrauche/iſt vberaus nützlichen vnd gut/ ſintemal ſolche/ wie offt angezeigt / den augen viel frommen bringen. Die zwagung aber des heupts mit kaltem waſſer ſollen allermeiſt die jenigen in acht nemen vnnd gebrauchen / welche offt mit flüſſen beladen werden. Es bekennet Ranzouius,das er offt vnd viel das heupt habe waſchen laſſen / vnd ſich gar wol darnach befunden / habe ſich aber zuuor mit warmer laugen zwagen laſſen / vnd weder kalte lauge noch waſſer darzu gebrauchet / dauon jhm dann die ſchweislöcher offen blieben/vnd das heupt mancherley beſchwerung vnd flüſſe empfangen/welches dann ſeinem vater vnd jhm vrſach gegeben / dieſe zwagung mit warmer laugen gentzlichen einzuſtellen / biß er endlichen nachgeſucht / vnd in Hieronymi Cardani

büchlein

büchlein vom waſſer / auch in dem Cornelio Celſo (wie man ſolche kalte heuptzwagung nützlichen gebrauchen ſol) eigentlichen vnd gewiſſen bericht befunden.

Das XXXV. Capittel.

Von den ſtuffen oder ſteigjahren.

VOn den jahren/ſo man Climactericos oder decretorios, das iſt / ſtuffen oder ſteigjahr nennet/ die wollen wir an dieſem ort keines weges vbergehen / ſondern dauon auch bericht thun.

Man ſol aber erſtlich wiſſen/das ſolche auffmerckung vnd warnemung ſolcher zeit nicht abergleubiſch ſey/ſondern aus der gemeinen erfahrung genommen vnd hergefloſſen / ſintemal augenſcheinlich vnd vnleugbar / das auff etliche gewiſſe jahr ſich merckliche enderungen / innerlichen am leibe/vnd euſſerlich am glück mit dem menſchen zutragen.

Auffmerckũg der ſteig v. d ſtuffen jahr nicht abergleubiſch noch verbotẽ.

Alſo iſt allwege das 7. jahr des lebens ein Climactericus, das iſt/ ein ſtuffen jahr/ annus ſcalaris, ſo einem jeden gefehrlich iſt / ſintemal daſſelbe jahr groſſe vñ merckliche enderungen an des menſchen leibe mit ſich bringet. Die natürliche vrſach iſt dieſe / das alle 7. jahr die ordnung der Planeten ſich wieder vom Saturno (welcher vns gemeiniglich frembde vnd zuwieder) abwendet/vnd Saturnus der menſchen mörder kompt zum gevierden ſchein / welcher ort oder zeichen allzeit einer andern vnd gar wiederwertigen art / natur vnd eigenſchafft iſt / mit dem zeichen daraus er erſtlich gangen: Als zum exempel / Das zeichen des Wieders iſt warmer

Das 7. jahr iſt alwege ein ſtuffen jahr / vnnd gefehrlichen.

Vrſach.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd druckener natur/ dargegen iſt das zeichen des Krebs kalter vnnd feuchter natur / welches ſich zuſammen reimet/ als wenn man kalt waſſer auff ein heis glůend eiſen geuſt/ Daher dann kompt/ das allzeit vmb das ſiebende jahr den kindern die zeene außfallen / vnd wieder wachſen/ ja auch wol andere enderungen/als leibes ſchwachheiten vnd dergleichen an jhnen geſchehen / auch wol offtmals gar ſterben / Im 14. jahr gibts andere enderung mit jhnen / vnd ſo fortan. Vnd wenn nun 7. mal 7. jahr / ſo 49. jahr machen / erfüllet ſind / ſo wird der verſtandt im menſchen reiff/ das iſt/ſo kompt der menſch zum rechten verſtandt vnd vollkommenen alter. Wenn man aber 10. mal 7. das iſt/ 70. jahr erreichet/ſo iſt das ziel des menſchlichen lebens volnbracht/In maſſen auch im 90. Pſalm ſtehet: Vnſer leben wåhret 70. jahr/ vnd wenns hoch kompt/ ſo ſinds 80. jar / ꝛc. Vnd gehet als dann nach den alten reimen:

Woher es kompt / das alzeit vmb dz 7. jahr den kindern die zeen außfallē.

Daß das 14. jar auch ein ſtuffen jar ſey.

Im 49. jahr wird der verſtand im menſchen reiff.

Im 70. jahr wird das ziel des menſchlichen lebens vollbracht.

Siebentzig jahr ein greiß/
Achtzig jahr nimmer weiß.

Wie man auch lieſet von einem zu Rom / Georgius Trapezuntius genandt / ſo Anno 1480. daſelbſt geſtorben/ vnd 90. jahr alt geweſen / welcher in ſeinem alter alles vergeſſen / was er zuuorn ſtudiret hatte / von welchem diese wort ſtehen / qui in ſenecta literarum omnium oblitus dicitur, &c. So wird auch in andern bůchern vom abſchiede des herrn Philippi Melanthonis geſetzt / das er ein mal in ſeiner ſchwacheit des hochgelerten herrn D. Johannis Bugenhagens Pomerani, weiland Pfarherrs zu Wittenberg / gedacht/ welcher 73. jahr alt worden war / vnd geſagt: Doctor Pommer / der gute fromme man/ ſeliger / iſt von keiner

Georgius Trapezuntius im 90. jar ſeines alters geſtorben.

Doctor Johan Bugenhagen *Pomeranus* ſtirbt im 73. jahr ſeins alters.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

andern kranckheit / denn vom alter geſtorben. Vnd hat weiter geſagt / Es ſolte jhm keiner wünſchen/ſo lang zuleben / das er für alter vnd ſchwacheit den leuten nichts mehr dienen/ noch nütz ſein köndte/ wie denn ſolche alte leute ſelten thun können/ſondern werden gar zu kindern. Dauõ beſihe in adagijs Eraſmi, Senes bis pueri ſunt. Item / Sexagenarios de ponte, deijcere. Vnd die tegliche erfahrung bezeugets / das viel tapffere leute in den Climactericis, oder ſtuffen jahren vmbkommen vñ geſtorben ſind / als Orpheus der alte Poet aus Thracia, der gewaltige philoſophus vnd hochweiſer mann Ariſtoteles, der weiſe heyde vnd redner Cicero, der fürtreffliche vnnd hochberühmbte orator Demoſthenes, Scipio, Africanus, vnd zu vnſern zeiten Fridericus der erſte/ vnd Chriſtianus der andere/ beyde Könige in Dennemarck / vnd noch teglichen viel in ſolchem ſtuffen jahr ſterben/ welcher namen allhier zuerzelen gar zu lang ſein wolte.

Man lieſet auch im 3. buch Moiſi am 25. Cap. das es Gott ſelbſt alſo geordnet vnd geſtifftet hat / das allwege das 7. jahr ein feyer oder ruhe jahr hat ſein müſſen/ darinnen man kein land/weder acker noch weinberge hat bawen oder arbeiten dürffen/ ꝛc. alles alſo geordnet zum gedechtnis / das Gott der HErr am ſiebenden tage nach der ſchöpffung geruhet. Gleich wie auch allwege das 50. jahr / nach vorflieſſung ſieben jarwochen/ das iſt / wenn 7. mal 7. oder 49. jahr erfüllet vnd verfloſſen waren/ das Jubeljahr genennet worden / Deut. 15. Leuit. 25.

Des 7. jars gedencket auch die heilige ſchrifft.

Jubel jahr.

Es gedencken auch ſolcher ſtuffen oder ſteigenden jahr in jhren büchern/ Philo, ein berühmbter hochgelerter Jü-

ter Jůde / vnd der heilige Auguſtinus, ſo wol auch Cenſorius vnd Gellius, vnd das auch der hochgelerte Cicero ſolcher ſtuffen jahr wargenommen / vnd achtung darauff gehabt / iſt klar in dem buch Somnium Scipionis genandt / zu ſehen / da er ſpricht: Cum ætas tua ſeptenos octies ſolis anfractus, reditusq́ue conuerterit: duoq́; hi numeri, quorum vterq; plenus, alter altera de cauſa habetur, circuitu naturali ſummam tibi fatalem confecerint, &c. So ſchreibet auch daruon der hochberůhmbte artzt vñ naturkůndiger Hippocrates, da er ſpricht: Aetatem hominis ſeptenario dierum numero conſtare.

Auff dz vierde jahr auch acht zugeben.

Vber das ſol man auch des vierden jahrs warnemen / vnd darauff achtung haben / ſintemal es das mittel iſt in der ſiebenden zahl / Deßgleichen auch das neunde jahr / welches man von wegen der neunden zahl Enneaticum zunennen pfleget / vnd haben gemeldte jahr jhre natůrliche vrſachen / wie bey den årtzten die Critici, Decretorij oder Indicatiui dies, das iſt / vrtheils tage / daraus man etwas von der kranckheit ſchlieſſen vnd vrtheilen kan / Dann die årtzte ſagen / das man an dem vierden tage / von anfang der kranckheit zurechnen / mercken / abnemen vnd nachdencken kånne / wie ſichs den 7. tag darmit anlaſſen werde / vnd iſt ſolche auffmerckung keines weges zuuerachten / In maſſen dann der låbliche vnd fromme keyſer Auguſtus, ſo 76. jahr alt worden / vnd 56. jahr regieret hat / an ſeinen ſohn ſchreibet: Frewe dich mit mir mein lieber ſohn / dann ich bin nun vber das 63. jahr / welches allen alten gefehrlich iſt. Die vrſach iſt dieſe / das in dem 63. jahr die 7. vnd 9. zahl zuſammen lauffen / man rechne es nach 9. oder nach 7.

Enneatici den namen von den neun jahren.

Warumb dz 63. jahr allen alten gefehrlich.

welches

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

welches ſonſt in keinen jahr geſchicht / vnd vmb dieſer vrſach willen ſterben gemeiniglich die alten darinnen / oder müſſen ja etwas groſſes ausſtehen. Vnd ob wol das 56. jahr auch ein ſtuffen jahr iſt / jedoch iſt es den alten nicht alſo ſchrecklich vnd gefehrlich / als das obgemeldte 63. jahr / denn in demſelben 56. jar kommen nur die 7. vnd 4. zahl zuſammen. Ich bin der meinung / gleich wie die jenigen / ſo im 7. vnd 9. Monat geboren werden / ein vollkommen leben haben können / Dargegen die jenigen / ſo im 8. Monat geboren werden / nicht leben können / welches ſeine gewiſſe vnd natürliche vrſachen hat / das gleich alſo vieler menſchen leben (jedoch der göttlichen allmacht vnd freywilligen regierung hiermit nichts benommen) ſich biß auff die ſtuffen jar / in welchen die 7. vnd 9. zal gleichſam in einer circkel zuſammen kommen / erſtrecken / vnd als denn daſelbſt vollendet vnd beſchloſſen werden. Welchem denn nicht vnehnlich oder vngleich iſt / das die jenigen / ſo ſchwerlich franck ligen / gemeiniglich ſterben / wenn der Mond im auffſteigenden grad / oder in dem mittelhauſe des himmels (wie es die Aſtronomi abtheilen vnd nennen) ſtehet / gar ſelten aber wenn der Mond im 4. oder 7. hauſe iſt / in den andern heuſern ſonſten faſt kein mal / welches ich ſo wol als andere mehr zum öfftern mal obſeruirt vnd erfahren.

Das 56. jar auch ein ſtuffen jar / aber den alten nicht ſo gefehrlichen.

Cardanus ſchreibet / daß das 56. jahr den jenigen / ſo des nachts geboren werden / darumb das die kelte des Saturni geduppelt wirdt / Vnd das 63. jahr den jenigen / ſo des tages geboren werden / wegen der dürre vnd druckenheit des Mercurij vnd Martis, ſonderlich in einem ſolchen alter / das ohne das allbereit kalt vnnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

drucken iſt / allermeiſt gefehrlich vnd ſchedlich ſey.

Wie man ſich verhaltẽ ſol / weñ ſtuffen jar / oder zeichen zukünfftiger kranckheiten verhanden.

So offt nun ſolche Anni Climacterici oder Enneatici / das iſt / ſtuffen jahr / von 7. zu 7. oder von 9. zu 9. gerechnet / verhanden ſein / oder ſich vmb dieſelbe zeit etliche wahrzeichen einer zukünfftigen kranckheit außweiſen vnd mercken laſſen / als da iſt / laſſigkeit oder tregheit in den gliedmaſſen / beſchwerung in knien / ſchmertzen in lenden / dunckelheit der augen / klingen in ohren / grawen vnd eckel für der ſpeiſe / viel ſchwitzen im ſchlaff ohne gewiſſe vrſach / vngewöhnlich gehnen vnd dergleichen / ſo ſol man den allmechtigen Gott jnniglich anruffen / gelehrte vnd erfahrne ärtzte vmb raht fragen / vorſichtiglich in allen ſachen handeln / ſich meſſig in eſſen vnd trincken / vnd andern dingen zum leben nötig / halten / denn mit einem gleubigen gebet / guten raht vnd gebrauch bequemer artzney / vnd mit vorſichtigkeit / kan man vielen ſchweren anhangenden vnfellen zuuor kommen vnd abwenden / vnd alſo diß zeitliche leben / wie 2.Reg.20. dem könige Hiskia geſchach / offtmals lenger erhalten kan.

Stuffen jahr von der 7. zahl.

Es ſind aber die Climacterici / wie folget / 7. 14. 21. 28. 35. 42. 49. 56. 63. 70. 77. 84. 91. 98.

Stuffen jar von der 9. zahl.

Die Enneatici aber / ſo in Grichiſcher ſprach von wegen der 9. zahl den namen haben / ſind dieſe / 9. 18. 27. 36. 45. 54. 63. 72. 81. 90. 99.

Das XXXVI. Capittel.

Was man in guter acht haben ſol / wenn man vber land reiſet / ſonderlich da einem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

nem eine kranckheit oder fieber anſtoſ-ſen wolte / wie man ſich in eſſen vnd trincken / ſampt andern notwendigen ſtücken verhalten ſol / ein vnterricht.

NAch dem biß daher nottürfftiglich angezeigt worden / wie man ſich durchs gantze Jahr / auch in den vier theilen des jahrs verhalten ſol / damit man geſund bleibe / Als wil nun auch nötig ſein / anzuzeigen / was die jenigen / ſo ſtets wandern vnd vber land reiſen / behalten vnd mercken ſollen.

Gemachſam von hauſe außzuzihen / vnd gemachſam in die herberge einzuziehen.

Derwegen die jenigen / ſo weit verreiſen / fürs erſte diß in guter acht haben ſollen / das man anfenglichen allgemachſam von hauſe außziehen / nachmals teglich den tages reiſen zulegen ſol / Vnd da man bey nahe an den ort kömmet / dahin man die reiſe angeſtelt / ſol man wiederumb allgemachſam zur herberge vnd ſtell einziehen / dann ſolches beydes menſchen vnd pferde nützlichen / das man dieſelben nicht vbertreibet / Welche beſcheidenheit vnd vorſichtigkeit auch der Patriarch Jacob / da er von Laban ſeinem ſchweher wiederumb heimkeret / Gen. am 53. Cap. gebrauchet.

Jacobs vorſichtigkeit in ſeinem reiſen.

Wandersleute ſollen teglich ſtulfertig ſein.

Zum andern ſollen auch die reiſende perſonen in guter acht haben / das jre leibe teglichen ſtulfertig / vnd ja nicht verſchloſſen ſein. Da ſichs aber zutrüge / das ſie auff der reiſe hartleibig vnd verſchloſſen würden / ſollen ſie den leib mit artzney mitteln wiederumb eröffnen / wie denn ſolches auff mancherley weiſe geſchehen mag / Als wenn man des morgens 2. oder 3. löffel voll oxymelitis ſimplicis, oder Syrupi acetoſi aus der Apotecken zu

ſich nimpt/ oder aber ein bahr friſche weichgeſottene ey-
erdottern außtrincket / oder ein wenig gute Rhabarbara
mit Roſenzucker vermiſcht zu ſich nimpt / die eröffnen
auch den leib. Vnd da man nichts anders haben kan/
ſol man Kühe oder Ziegenmolcken vngefehrlich ein nöſ-
ſel / mit eim wenig ſaltz vnd ein löffel voll honig einne-
men/dz eröffnet den leib gar fein/ An ſtat des ſaltzs thun
etliche Alandtwurtzel geſtoſſen / oder Zimmetrinde zur
molcken/iſt auch nicht böſe. Ein ſtulzepflein von harten
ſpeck / oder von honig vnd ſaltz geſotten / oder ein vier
Feigen geſſen/ ſind auch gantz dienſtlichen/ ſonderlichen
wenn man die zeit nicht haben kan von oben erzelten ein
purgierendes mittel zugebrauchen / oder wenn der Ma-
gen die eingenommene purgierende artzney nicht wol be-
halten kan. Wer weitern bericht von purgierenden ſtü-
cken haben wil/ oder zu harter verſtopffung in fürfallen-
den nöten bequeme hülff begehret / der ſuche zurück das
17. Capittel/ von purgieren vnd reinigen des leibes/der
wird allda gar gute nachrichtung zu guten bequemen
mitteln haben vnd finden.

Zum dritten/ treget ſich auch offt zu/das einer von
oder mit dem Pferde felt / oder mit dem wagen vmb-
Artzney für geliefert blut. ſchleget/ vnd ſchaden nimpt/ dauon geliefert geblüt/ ein
drucken vmbs hertz / engbrüſtigkeit vnd gefehrliches ſte-
chen entſtehet / als ſol man vnuerzüglichen Wolradt
mit warmen bier / entweder des morgens / wenn man
auffgeſtanden / oder des abends / wenn man wil zu bette
gehen/einnemen/vngefehrlich ein halb oder gantz quent-
lein/ oder einer haſelnuß groß. Oder

Nemet Schwalben wurtzel iij. quentlein/der beſten
Rhabarbara ij. quent. gebalſamirt menſchen fleiſch ein
halb

halb quentlein / zubereit Gummi Laccæ, Wolradt / jedes j. quent. geſiegelte Schleſigiſche terra ſigillata, Boli armeni ſo rechtſchaffen / jedes ein halb quentl. Aus dieſem allen ein pülüerlein gemacht / vnd dem gefallenen dauon ein quentlein auff ein mal mit eim trunck Lindenblüet waſſer eingegeben / iſt gar eine gewiſſe hülffe.

Es hat ſich auff ein zeit zugetragē / das der Durchleuchtige vnd Hochgeborne Fürſt ꝛc. Hertzog Wilhelm zu Sachſſen / hochlöblicher Chriſtſeliger gedechtnis / vom ſchlitten zu Heidelbergk vnuerſehens einen böſen fall gethan / alſo / das man ſich böſes geliefertes geblüts hat verſehen müſſen / als iſt dazumal J. F. G. diß nach verzeichnete Puluer von den fürnembſten ärtzten zugericht vnd gegeben worden.

Hertzog Wilhelms zu Sachſſen / hochlöblicher gedechtnis / puluer für geliefert blut.

Nemet der beſten Rhabarbara ij. quentl. gebalſamirt menſchen fleiſch / lindene kolen / jedes ij. quent. Ferber röte / Krebs augen / jedes zwey trittheil eins quentl. geſtoſſene Neglein iiij. gerſten körner ſchwer / daraus ein Puluer gemacht.

Vber das / ſo ſind auch nachfolgende ſalben für alle gebrechen / ſo aus fallen / ſchlahen / ſtoſſen / drucken vnd dergleichen den menſchen entſtehen / vberaus nützlichen.

Die erſte Salbe.

Nemet Bibenel / Lauandel / Spicanarden / Raute / Hyſſop / Salbey / Bertram / Boley / Fenchel / wilden Weitzen oder Hamelkorn / Garb / ſonſt ſchaffgarb oder tauſentblat genandt / Braunellen / Eibiſch / Schwartzwurtz oder walwurtz / Auryn / ſonſten tauſentgüldenkraut genandt / Maioran / Eiſenkraut / Ebereiß / Leberkraut / Türckiſche vnnd einheimiſche gemeine Meliſſe / garten Angelica / Ehrenpreiß / Siebengezeiten / Erdtbeer-

beerkraut / Singrun / Sinnau / Roſmarien / Hirſch-
zunge / Tormentill oder Birckwurtzel/Feldibethonien/
jedes j. hand voll: Dieſe kreuter alle ſol man mit einem
meſſer gar klein zerſchneiden / dann in einen groſſen tie-
gel oder pfanne thun/ darzu nemen gute friſche Meyen-
butter ohne ſaltz 28. pfund / vnd denn bey reinem kol-
fewer wol kochen laſſen / ſo lange biß ſich die krafft aus
den kreutern gezogen / ſolches denn durch ein rein tüch-
lein ſeihen / darzu friſch außgepreſt Lorberöhl ij. pfundt
thun / zuſammen miſchen / vnd wieder zergehen laſſen/
dann in einem verglaſurten topff oder büchſe wol ver-
wahren. Dieſe ſalbe iſt gantz dienſtlichen wieder alle
inwendige verletzung/ ſo von fallen/ſtoſſen vnd derglei-
chen entſtanden / einer haſelnuß groß auff ein mal in
warmen bier eingenommen/ Vnd da es nicht bald helf-
fen wil / ſol man ſolche ſalbe zwey oder drey mal einne-
men/ auch von außwendig den verletzten ort darmit gar
wol bey einem gelinden kolfewer ſalben.

Die rote ſalbe.

Die rote ſalbe / ſo fürnemlich denen dienſtlichen/
welche aus fallen einen ſchaden empfangen/ vnd ſich be-
ſorgen / das etwas entzwey / oder verſtockt blut verhan-
den ſey / dauon gibt man 1. 2. auch wol 3. oder vier
quentlein in warmen wein oder bier ein.

Nemet der roten Ochſenzungen wurtzel/ zwiſchen
zweyen frawen tagen gegraben/viij.lot/ zerſchneidet ſol-
che / vnd laſſet ſie in einem kleinen maß roten Wein ſie-
den / biß ſie weich wird / oder kochet ſolche mit j. pfundt
Meyenbutter ohne ſaltz / biß die butter rötlicht wirdt/
vnd die krafft aus der wurtzel kompt/ alßdann thut auch
darzu Wolrath iiij. lot/ laſt es auff einem gelinden few-
er zergehen / vnd ſeihet es durch ein rein tüchlein / ſo iſt
ſolch-

ſolche ſalbe fertig. Man ſol auch von außwendig / da der ſchmertzen am gröſten iſt / ſich wol warm damit ſalben.

Folget nun die grüne ſalbe / ſo die alte Greuin zu Manßfeld / Dorothea / geborne Greuin zu Solms / im gebrauch gehabt.

Nemet ſpitzige Wegebreit / Feldtbethonien kraut / Odermennige / eins ſo viel als des andern / wenn ſie grün vnd am krefftigſten ſind / dieſe ſollen erſtlichen zuſammen gehackt / dann geſtoſſen vnd außgepreſt werden / nachmals ſouiel du des außgepreſten ſaffts haſt / ſo viel ſoltu auch der guten / vngeſaltzenen friſchen Meyenbutter darzu thun / vnd miteinander bey gelindem fewer wol kochen laſſen / vnd ſtets vmbrühren / auch einer hand breit einkochen laſſen / dann durch ein tüchlein ſeihen / vnd denn in einem ſteinern geſeß wol verwahren / ſo iſt die grüne ſalbe fertig. Grüne ſalbe.

Ein andere.

Nemet Genſerich / winter grün / wieſen Mangolt wurtzel vnd kraut / Hirſchzung / Feldtbethonien / Reinfarn / heydniſch wundkraut / Oeſchelkraut / Eppich mit der wurtzel / S. Johans blumen / ſpitzige Wegebreit / breite Wegebreit / ſchaffgarben / Schwartzwurtz / ſonſten beimwell genandt / Singrün / Braunelle / Gauchheil das weible ſo blau blüht / jedes ij. hand voll / ſchneidet die kreuter gar klein / vñ legt ſie in regenwaſſer / ſouiel von nöten / ſolche zuſammen 3. ſtunden lang bey gelindem fewer ſieden laſſen / dann außpreſſen / vnd den ſafft in eine zinnerne kanne thun / darzu auch ſo viel reine vngeſaltzene Meyenbutter gethan / die kanne dann in ein

keſſel

keſſel mit heiſſem waſſer geſetzt/ vnd ein drey ſtunden kochen laſſen / nachmals wieder heraus nemen / in einem keller zween tage lang ſtehen laſſen / dann 20. Salbeybletter darein legen / vnd wieder auffſieden laſſen / vnd wenn es erkaltet / ſol man das feiſte von den wäſſerigen feuchtigkeiten abe thun/ vnd in ein verglaſurt gefeß verwahren.

Ein andere krefftige grüne ſalbe.

Nemet grüne Lorberbletter/ Roſmarien/ Salbey/ Maioran / Rautenbletter / weiß Reinfarn oder ſchaffgarben/ſchwartzen Kümmich oder Coriander mit ſampt den blumen vnd ſamen / jedes ij. hand voll / kleine vnd groſſe Neſſeln j. hand voll/ Hyſſop/ Braunellen/ roten Beyfuß/ jedes j. hand voll / Odermennig kraut / kleine Wegbreit / ſpitzige Wegbreit / Beinwol oder walwurtzel/ Maßlieben/ heydniſch wundkraut/Singrün/ jedes iij. hand voll/lauendel/wermut/ rote roſen/weiſſe roſen/ jeder iiij.hand voll : Dieſe kreuter im Meyen/vnd wenn ſie am beſten ſind/alle fein friſch vnd grüne gehackt/vnd darnach geſtoſſen / dann vngeſaltzene vnnd geleuterte Meyenbutter darunter gemiſcht / in eim verglaſurten topff eine ſtunde allgemachſam ſieden laſſen / vnd ſtets wol vmbrüren mit einer hültzernen ſpatel / dann in ein ſecklein von tuch gethan / vnd reine in ein kalt waſſer außgedruckt / nachmals ſolche durchgedruckte Salbe wieder in einen reinen verglaſurten topff thun/ ſanfftiglichen zergehen vnd auffſieden laſſen / dann darzu thun weiß Jungfraw wachs anderthalb pfundt / zwene löffel voll Baumöhl / wenn dann dieſelbe beginnet kalt zu werdē/ ſo nim weiſſen Weyrach vñ Maſtix jedes viij. l.

klein

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

klein gepuluert / vnd darein geſtrewet / vnd mit ſtetigem vmbrůren wol darunter vermengt / ſo iſt die ſalbe fertig.

Ein andere krefftige ſalbe / welche die alte Greuin auch fůr den ſcharbock vnd mundfeule ſehr gebraucht hat / wirdt alſo gemacht:

Nemet vngeſaltzene vnd rein geſcheumete Meyenbutter xx. pfund / grůne Brunnkreſſe / Nachtſchatten / breit Wegerich / tauſentgůlden blůmlein / Mutterkraut / Bachbungen / jedes drey guter hand voll: Dieſe kreuter alle gantz klein gehackt / vnd vnter die butter vermenget / vnd alſo 5. wochen lang ſtehen laſſen / doch teglichen mit einer hůltzernen ſpatel wol vmbrůren / Wann denn die butter zu hart wird / ſol man es auff dem fewer wieder wermen / das man es vmbrůren kan / vnd wenn die fůnff wochen vmb ſeind / thut es zuſammen in einen verglaſurten topff / oder ſonſt in ein rein gefeß / vnd laſt es eine gute viertel ſtunde ſieden / ringet es dann durch ein håren tuch / das die krafft der kreuter wol heraus kompt / thut dann darzu ein halb pfund honig / vnd ein gut theil regenwůrmer / klein zerſtoſſen / vnd mit der warmen butter durchgetrieben / auffs beſte als man es durchbringen kan / Man ſol auch nemen v. lot friſche ſchafflorbern / wol geſtoſſen / vnd mit iiij. lot weineſſig durch ein håren tuch gerieben / vnd die warme butter darunter gemenget / ſo gehet es deſto beſſer durch / Wenn ſolches geſchehen / ſol man alles zuſammen wieder ſieden / biß man ſich důncken leſt / das die wåſſerigkeit wol verſotten iſt / dann gieſſet es in ein gefeß / vnd nemet iiij. lot Wegebreit ſamen klein zerſtoſſen / dann vnter die ſalbe gerůrt / biß ſie kalt wird / ſo lang es můglichen zurůren iſt /

laſt ſie dann ein fünff tage ſtehen / ſtechet dann mit einem holtz oder ſpatel biß auff den boden des gefeß / darinne die ſalbe iſt / ein mal oder viere / vnd ſo noch waſſer darinnen iſt / ſol man ſolches außlauffen laſſen / vnd wider durcheinander rüren / daſſelbe ſo lange thun / biß kein waſſer mehr darinnen / ſo iſt ſie fertig.

Zugabe.

DA auch einem / ſo vber land reiſete / ein fieber oder dergleichen kranckheit anſties / vnd artzney gebrauchen müſte / der ſol ſich mit eſſen vnd trincken wol halten / Alſo auch in fiebern oder andern hitzigen kranckheiten keinen wein / waſſer oder milch trincken / vnd was von wein oder milch zugericht wirdt / noch was ſcharff gewürtzt iſt / nicht eſſen.

Man ſol aber ein gut gerſtenwaſſer / ein gering haußbier / oder einen guten kofent / ſcherpffe oder nachbier (wie man es zunennen pflegt) trincken / vnd ſolches zuuor wol vberſchlagen laſſen / oder ein ſtück geröſt brod darein werffen / damit ſich die groſſe kelte darein zeucht / iſt gar bequem.

Man ſol auch gar kein rohe obſt eſſen / keine gereucherte fiſche / die grünen aber / als Schmerle / Forellen / Aſchen / Krumbhechtlein / Perß / Kaulperß / können vnterweilens zur luſt nachgelaſſen werden. Gleicher geſtalt ſol man auch ſonſten alle grobe koſt / als gereuchert fleiſch / würſte / ſchincken / ſawer kraut vnd dergleichen meiden / auch alles ſo den leib verſtopfft / als kuchen / krepffel / warm brodt / vnd was in butter gebacken oder gepreget wirdt.

Die ſpeiſſen ſo wol zuuerdawen / vnd den leib offen behalten /

behalten/ ſind am geſündeſten/ als groſſe zwetſchken mit jhrer brüe/ habergrütz ſüplein/ gerſten grauppen mit hünerbrüe / rindfleiſchbrüe oder Cappaunenbrüe zugerichtet / heyden / eyerſüplein / waſſerſüplein mit eingefelten gantzen eyern/ rindfleiſchſüplein/ hünerſüplein/ grün gekocht kraut / ſpinath genandt / mit kleinen roſinlein / weichgerürte eyerlein/ oder ſo weich geſotten/ vnd zuuor zwo oder drey ſtunden in bier oder weineſſig / oder in friſchem brunnwaſſer gelegen ſind / junge hüner / allerley waldt vnd puſchvogel/ außgenommen die waſſervogel / als enten / genſe / tauben / ſtaren / ſpechte/ etc. Es iſt auch dienſtlichen/ junge zieglein/ junge lemmer/ ſchöpſenfleiſch / jung rindfleiſch/ kalbfleiſch/ mit eſſig zubereitet/ ſonſten iſt es zu ſchleumig/ Cappaunen/ Rebhüner/ Rehen wilpret.

Wolte nun gleichwol einem neben ſolcher Diæt eine kranckheit anſtoſſen / vnd wüſte nicht / was es were/ der ſol für allen dingen j. quentlein Peſtilentz pillen mit den Aloë Phanginis vermiſcht/ des morgens frűe/oder auff den abend anderthalb ſtunde vor der mahlzeit einnemen/ dann ſolche benemen viel ſchwerer kranckheiten.

Were es aber / das man an einem ort / da es ſterbens halben keine noth/ vnd die perſon gleich verſtopfft/ ſol man der linden purgier latwergen von zwetſchken/ oder der laxirenden roſinlein / oder ein gelinde Clyſtirlein / ſtulzepflein vnd dergleichen gelinde mittel / deren zuuor vberflüſſig im 17. Capittel gedacht worden / einnemen vnd gebrauchen / Alß dann des Cardobenedicten puluers j. quentlein in drey theil teilen / vnd ſolches drey abend nacheinander einnemen / mit eim drittheil eins nöſſel weins warm gemacht / wenn man wil zu bette ge-

hen/ ſich dann wol zudecken/ vnd die gantze nacht warm halten / kompt denn ein ſchweis / ſo iſt man geneſen. Wolte aber die kranckheit oder das fieber zum erſten mal daruon nicht nachlaſſen / ſo ſol man noch drey mal darmit fortfahren / das iſt in allen fiebern vnd kranckheiten ſehr nützlichen/ auch in der heupt vnd Peſtilentz kranckheiten / doch das man in Peſtilentz fiebern im ſchwitzen nicht ſchlaffe. Alſo iſt ſolches puluer auch gut zugebrauchen in ſeitenſtechen / vnd iſt eine artzney für junge vnd alte perſonen. Sonſten nimpt man auch Calmuß/ Ingwer / jedes ij. quentlein / ſchneidet ſolchen gar klein/ darnach ij. lot brodt darzu gerieben / dann darüber ein halb nöſſel guten weineſſig gegoſſen / vnd alſo drey tage ſtehen laſſen/ wenn man denn auff den abend wil zubette gehen / nimpt man deſſen ein oder zwene löffel voll/ vnd decket ſich darauff warm zu/ biß ein ſchweis kompt/ das wendet vorſtehende kranckheiten abe.

Das XXXVII. Capittel.

Nützlicher vnterricht / wie man ſich wieder die kelte im reiſen / jagen vñ kriegszügen bewahren ſol. Item da man ſich jrgendt verbrandt / was man darfür thun ſol.

IN den mitternächtiſchen lendern iſt es mehr kalt/ denn warm/ vnd müſſen die einwohner derſelben lender offt vnd viel im kalten wandern / jagen oder kriegen / auch offtmals jhr lager vnter dem himmel auffſchla-

auffſchlahen / wie denn ein zeitlang im Niederlande geſchehen / da man viel kelte hat erdulden vnd ausſtehen müſſen.

Für groſſer kelte aber ſol man ſich mit guten wärhafftigen kleidern / die nicht bald anbrüchig oder ſchadhafftig werden / ſonderlich in kriegßzügen / da man nicht allzeit die wahl haben kan / ſolche zuendern / wol verſorgen vnd bewahren / auch von jugendt auff ſich gewehnen / etlicher maſſen kelte zuuertragen / denn ſolches beydes zur geſundheit / vnd kriege zu füren vnd zuvolbringen / nützlichen. Wie ſich von außwendig für kelte zu bewahren.

In groſſer kelte ſol man für allen dingen das heupt / die hende vnd füſſe wol verwahren / damit deren lebhafftigkeit vnuerletzt bleibet / wenn ſolches geſchicht / ſo ſtehet es mit dem gantzen leibe richtig vnd wol / vnd bleibet derſelbe für der kelte vnuerletzt.

Man kan zwar den gantzen leib / vnd alle theil deſſelben / gar leicht mit tuch / rauchem futter vnnd rauhen hirſchheuten wol verwahren / Jedoch iſt zuwiſſen / das gar kein rauch futter dem heupt oder gehirn dienſtlichen / darumb die hüete / pareth vnd mützen alle mit tuch oder baumwolle ſollen gefüttert ſein. Es iſt auch zuwiſſen / das dem hertzen viel eher kelte von den füſſen zugebracht wird / dann vom gehirn / darumb man die füſſe wol warm halten ſol. Kein rauch futter dem heupte dienſtlichen.

In groſſer kelte iſt vberaus nützlichen die bewegung mit lauffen / haſtigem gehen / mit hin vnd wieder ſchlagen der arme / mit ſtrampffen der füſſe vnd dergleichen. Es gibt die tegliche erfahrung / das wer in der kelte des morgens das angeſicht vnd die hende mit kaltem waſſer weſchet / vnd nachmals handſchuch anzeucht / das der-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſelbe in der erſte wol etwas frewert / aber nicht lang darnach wird jhm der gantze leib fein warm / denn die kelte zeucht erſt die ſchweislöcher der haut zuſammen / vnd bewahret / das die außwendige vmbgebende kelte nicht kan durchkommen / vnd das alſo die werm / ſo ſich innwendig erhelt / vermehret wird / vnd ſich nachmals hin vnd wieder fein außtheilet. Den wuſt vnd vnreinigkeit/ ſo von der kelte verurſacht wird / ſol man von den füſſen waſchen / auch die handſchuch vnd leinene fusſolen ſol man in brandtewein netzen/ denn ſolches auch wieder die kelte gantz dienſtlichen / auch ohne das der brandtewein mit warmen gewürtz zubereit / vnd eingenommen / den gantzen leib erwermet. Oder aber dieſe mixtur latwerge gebraucht :

Womit der gantze leib zu wermen.

Nemet Semmelkromen auff einem reibeiſen gerieben iiij. lot / geſtoſſenen zucker Candit drithalb lot/ guten Reiniſchen brandtewein / ſouiel von nöten ſolches anzufeuchten / Von dieſer latwerge des morgens nüchtern ein bahr würtzlöffel voll zu ſich genommen / erwermet nicht allein den leib / ſondern iſt eine vberaus gute artzney wieder die dampffigkeit vmb die bruſt / ſtercket den Magen/ vnd macht der bruſt gute lufft/ vnd ſo man ein wenig Saffran darzu thut / iſt es noch krefftiger/ mag auch des abends wenn man wil zu bette gehen/ gebraucht werden. Wie denn auch gleicher geſtalt des morgens eingemachter Ingwer / Calmus oder Muſcaten nuß geſſen / ſehr nützlichen wieder die kelte ſind. Da man auch von außwendig mit guten ſalben vnd wolriechenden warmen öhl den leib befeuchtet / iſt es auch gut für die kelte. Die Welſchen nüß vnd der Knobloch haben ſonderliche proprietates vnd eigenſchafften / die

kelte auffzuhalten / fürnemlich wenn ſolche zerſtoſſen/ vnd in fleiſchbrüe eingenommen werden. Oder nim groſſen neſſel ſamen / koche den in wein / das es ſo dick wird wie ein mueß oder ſalbe/ darmit ſchmire deine glie= der/ ſo biſtu den tag ſicher für froſt.

Salbe vnnd öhl für kelte.

Wieder die grimmige grawſame kelte bereit man ei= ne ſalbe von öhl / neſſeln vnd ſaltz / vnd beſchmiret dar= mit den leib / Dieſe ſalbe dienet auch für die eiſſe vnd ge= ſchwer / ſo von groſſer kelte entſtanden. Wer auch wil die füſſe vnd hende für froſt vnd kelte bewahren / der ſchmiere ſie mit Fuchsfett.

Womit den erfrornen gliedern zu helffen.

Nun wollen wir auch anzeigen / durch was mittel man den euſſerſten gliedern des leibes / ſo von froſt er= ſtarret/ wiederumb helffen ſol / Denn die erfahrung be= zeuget / da einem ein glied vom froſt ertödtet vnd ent= ſchlaffen iſt / das jhm ſolche beſchwerung nicht mit few= er / warmen oder laulichem waſſer wieder zurecht ge= bracht worden/ ſondern das gliedt iſt daruon mehr ver= feulet vnd mürbe gemacht worden/ oder der kalte brandt darein kommen / das man es endlichen abſchneiden vnd hinweg nemen müſſen. Wenn man es aber in kalt waſ= ſer helt / vnd darmit weſchet / ſo wird es wiederumb all= gemachſam zurechte gebracht.

Galeni artz= ney wider er= frorne glie= der.

Galenus hat wieder hefftige kelte vnnd derſelben ſchmertzen gebraucht / das hitzige Gummi Euphorbiũ, mit wachs vnd öhl/ſouiel darzu von nöten/zu einer ſal= be gemacht / vnd das glied darmit geſchmieret.

Etliche wollen / das man für die glieder / ſo erkalt vnd erfroren/ ein waſſer/ darinnen zuuor pferde kot oder haffer gekocht worden ſey / gebrauchen ſol. Etliche nemen drey guter geuſpen haffer / thun jhn in waſſer/

das er

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

das er weich werde/ gieſſen dann die brűe abe/vnd ſtrei- chen den haffer durch ein tuch / das es dicke wird / vnd legen ſolches mit tűchern vber / vnd beſtreichen darmit den erfrornen ort. Etliche aber brennen Haſen harr zu aſche/ vnd ſtrewen ſie darein. Etliche aber braten weiſſe rűben oder einen apffel / vnd binden ſolche warm darű- ber. Etliche aber nemen die gall von einem Schweine/ vnd beſchmieren den verletzten ort darmit.

Hat ſich einer erfröret/ das dauon die haut auffge- riſſen/ oder der ſchaden auffgebrochen were / der waſche den erfrornen ort offt mit rűbenwaſſer/ vnd ſtoſſe Erlen laub zu puluer / vnd ſtrewe es darein / Dann netze tűch- lein in rűben waſſer / vnd lege es darauff / es heilet ge- wißlichen / doch reiſſe den grindt oder ruffen nicht abe. Item / Nim Odermennig vnd Alandtwurtzel/ eins ſo viel als des andern / kochs in waſſer/ darein lege das er- frorne glied / ſo warm du es erleiden kanſt / oder waſche es darmit / oder netze tűcherlein darein / vnd lege es offt auff/ dann ſtrewe das puluer von Erlen laub darein / es hilfft. Raben gehirn / pflaſter weis auffgelegt / heilet was erfroren iſt. Da ſich auch einer alſo erfrört hette/ das er dauon blaſen bekommen / vnd dieſelben auffbre- chen vnd ſickerten / der ſchmire es mit Dachsſchmaltz/ vnd brenne eine mauß zu puluer/ vnd ſtrewe es darein.

Trűge ſichs auch zu / das einem ein finger an der hand/ oder zehe am fuß erfrűre/ alſo/das er gar ſchwartz vnd tod daruon wűrde / als ſolte er jhn laſſen abſchnei- den / der erſchrecke darumb nicht ſo ſehr / ſondern er ge- brauche geſunde vnd bequeme mittel / ſo kan jhm noch ›› wol geholffen werden/ dann die natur vnd kunſt / wenn ›› ſie beyde zuſammen ſetzen / groſſe krafft haben.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Es gedencket Ranzouius, das ein mal in einem hefftigen winter einer perſon / ſo Caius Alefeldius genandt/ alle beyde füſſe hefftig erfroren/vnd gar ſchwartz worden ſeind/ Nach dem aber gedachte perſon nachverzeichneten Wundtranck gebraucht / hat ſolcher ſchaden nicht weiter vmb ſich gefreſſen/ da doch alle Wundärtzte daran gezweiffelt / das ſolche ertödte vnd erfrorne füſſe hetten ſollen wieder zurecht gebracht werden / ſondern haben dafür geachtet / man müſte ſolche abſchneiden. Vnd ob wol ſolche perſon ſich ein gantz jahr lang darmit ſchleppen müſſen / vnd die erfrornen füſſe zu keiner heilung baldt hat bringen können / weil man aber mit den hülff mitteln angehalten/ iſt jm doch endtlichen geholffen worden / das er ſich wiederumb mit gehen behelffen können.

Für alle gebrandte ſcheden.

Nim zwey reine leinene tücherlein/ netze das eine in milchrahm / das ander in butter molcken/ lege ſie täglichen drey mal vber den gebrandten ſchaden / nim dann ſpeck von einem reinen borcke / ſtecke ſolchen in ein oder mehr bretlein oder röhrlein / zünde es an / vnd laß den ſpeck von der höhe herab treuffen in ein gefeß / darinnen rein waſſer iſt / nachmals nim vj. eyerdotterlein one das weiſſe / thue darzu auch ein wenig milchrahm vnd des abgeſchmeltzten borckſpecks/ ſo auff dem waſſer ſchwimmet / koche ſolches zuſammen / vnd mache ein pflaſter oder ſalbe daraus / damit ſchmiere den verletzten ort des tages dreymal / ſo wird der brandt gar baldt geheilet. Vnd ſo die tücherlein / ſo du darüber bindeſt / etwas

Mittel für gebrandte ſcheden.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

hart vnd feſt einbacken würden / ſoltu ſolche mit vngeſaltzener butter beſchmieren / ſo werden ſie ſich fein ablöſen.

Zu külunge des brandes wird auch ſehr gelobet die Lindene ſchale/in waſſer geſchabet/vnd ſo lang darinnen ligen laſſen / biß es wie ein mueß wird / dann vberlegen.

Etliche andere bewehrte ſtücklein / ſo den brandt ausziehen vnd leſchen/das nicht blaſen werden.

Alßbald ſich einer verbrandt hat/der ſol einen warmen kühmiſt auff den ſchaden ſchlagen / vnd darauff ligen laſſen / biß er dürre wird / dann wieder einen warmen darauff legen/ zeucht allen brandt aus.

Oder/

Nim friſchen leihmen / rüre den in leinöhl/ mache ein pflaſter daraus/vnd lege es auff den verbrandten ort/ vnd folge jmmer nach/ es zeucht allen brandt aus.

Ein anders.

Nim Dinte / ſchmiere damit den ſchaden gar wol/ es iſt trefflich bewerth.

Oder/

Nim Compoßkraut bletter / vnd lege ſie auff den brandt / vnd wenn ſie drucken worden / ſo lege wieder friſche darauff / es zeucht den brandt aus.

Wann

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Wann der brandt das fleiſch tieff angreifft/ vnd die blaſen gebrochen ſind / ſol man nachfolgende mittel gebrauchen.

Nim von lebendigen Krebſen die ſchalen / thue ſie in einen topff/ kleibe denſelben feſte zu/ vnd ſetze jhn auff ein fewer/ vnd brenne die ſchalen zu puluer/ ſtos ſie dann gar klein/ vñ ſtrewe es in den ſchaden/ es heilet gar balde.

Ein bewertes den brandt zu heilen.

Nim die ſchalen von linden holtz / ſchabe erſtlichen die grawe ober rinde gar rein abe / nim dann die gelben ſchalen klein geſchnitten iij. geldten voll / thue ſie in einen groſſen newen küpffern keſſel oder blaſen / geuß darauff kofent oder regenwaſſer/ vnd laß es kochen/ vnd folge mit waſſer oder kofent nach / das es jmmer vber die rinden kochet/ vnd laß ſie zwo ſtunden ſieden / doch das es ja nicht vberlauffe / vnd wol geſcheumet werde / hebe es dann vom fewer/ vnd geuß die brüe gar rein abe in ein new faſs/ vnd laß es eine nacht ſtehen / ſo wirſtu ein öhl oder fett/ wie butter / oben darauff finden/ das nim rein herabe / vnd verwahr es gar wol / darmit ſchmiere den brandt offt / es zeucht denſelben aus / vnd heilet in acht tagen gar groſſe ſcheden.

Ein andere Salbe.

Nim Roſenöhl/ Eyerklahr/ ſchäfen vnſchlit/ weiß wachs/ eins ſouiel als des andern / laß es in einem newen tiegel zergehen vnd ſanfftiglichen ſieden / vnd rüre dann bleyweiß klein geſtoſſen darunter / ſouiel als zu ei-

ner ſalbe von nöten / vnd laß es kalt werden / darmit ſchmiere den ſchaden / oder beſtreich darmit ſchwedlein / vnd lege ſie vber den brandt.

Ein andere bewerte brandtſalbe / ſo ein berühmbter artzt der alten Greuin zu Mansfeld auff groſſe bitt gelehret hat.

Nim viij. lot Leinöhl ſo reine iſt / new weiß wachs viij. lot / laß es zuſammen zergehen / vnd ſcheume es wol / geuß es dann auff ein roſenwaſſer / vnd laſs ſechs ſtunden ſtehen wol verdackt / geuß dann das roſenwaſſer abe / vnd nim ein ſaltzierlein voll friſch roſenwaſſer / vnd geuſs darzu / vnd zerlaß es wieder / nims dann vom fewer / vnd rürs gar wol vmb / biß es ſchier kalt werden wil / thue dann darzu iiij. lot bley weis klein geſtoſſen / Campffer ein halb lot ſo getödtet ſey / rürs ſo lang biß es kalt wirdt / thue es dann in eine büchſe / vnd behalt es zum gebrauch.

Da ſich auch jemandt verbrandt hette / das jhm dauon blaſen entſtünden / der ſchneide dieſelben mit einer ſcheren auff / vnd laſſe das waſſer außlauffen / darnach brauche diß puluer:

Nim die rinde von Eichen holtze / vnd ſtos ſie zu puluer / thue ſie in ein tüchlein / vnd ſtrewe es in die auffgeſchnittenen blaſen auffs verbrandte fleiſch / vnd mache von den ſalben ein pflaſter / vnd lege es vber / alle tage drey mal / es heilet gar balde.

Ein andere gewiſſe brandtſalbe.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Nim iiij. lot Roſenöhl/ vj. Eyerdottern/ ein wenig Saffran / rüre es wol vntereinander / vnd ſchmiere es mit einer federn auff den ſchaden/ vnd netze tüchlein darein/ vnd lege ſie auff / vnd folge nach / es zeucht allen brandt aus/ vnd heilet jhn.

Ein andere bewerte brandtſalbe.

Nim j. pfund Leinöhl/ iij. guter hand voll winterkorn/ doch das kein froſt darauff gefallen ſey/ ſcharbe es klein / vnd laß im öhl ſieden / biß es all grün wird / darnach drucks durch ein tüchlein / vnd thue es in einen tiegel / auch darzu j. pfundt new wachs / vnd ein köpfflein voll Roſenwaſſer / laß es wol auffſieden / das behalte vber ein jahr/ vnd wenn einer verbrandt iſt/ der ſchmiere den ſchaden mit dieſer ſalbe/ vnd lege ſie pflaſters weiſe auff.

Da ſich auch einer ſo ſehr verbrandt hette/ das jhm dauon blattern aufflieffen / vnd groſſen ſchmertzen leiden müſte / der neme roſenöhl / vnd ſchmiere damit den verbrandten ort ein mal oder viere/ es vergehet.

Das XXXVIII. Capittel.

Beſchreibunge etlicher gantz nützlichen vnd heilſamen mitteln / die außwendigen wunden zu heilen.

FOlgen nun in der ordnung außerleſene vnd offt probirte köſtliche Wundtrencke/ Pflaſter/ Salben/ öhl vnd dergleichen/ ſo man in fürfallenden

 nöten

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

nöten der verwundung nützen vnnd gebrauchen kan.

Ein außbündiger köſtlicher wundtranck / darvon die wunden glücklichen curiret werden.

Nim ij. maß bier / ſo alt du es bekommen kanſt/ thue darein Singrün eine gute hand voll / der wipflein von rotem Beyfuß/des krauts/ ſo man nennet Rodicheil/ kanſtu es nicht haben / ſo nim eitel Singrün dafür/ laß es in einem topff biß auff die helffte einſieden/ jedoch das der topff wol zugedeckt ſey / ſeihe es dann in einen topff / vnd geus es in eine ſteinerne pflaſche / die oben enge iſt / vnd verſtopffe ſie wol / das keine lufft darein kommen kan / vnd behalt ſolchen wundtranck zum gebrauch. Von dieſem wundtranck ſol man dem verwundten oder verletzten menſchen des tages drey mahl/ jedes mal drey ſtarcker löffel voll fein warm zutrincken geben / erſtlichen des morgens nüchtern / darnach zu mittage nach gehaltener mahlzeit / vnd zum dritten des abends/wenn er wil ſchlaffen gehen/ Darneben ſol man der verwundten perſon anzeigen vnd befehlen / das er nach einnemunge des wundtrancks in 2. oder 3. ſtunden nichts eſſe noch trincke. So offt er auch von dieſem wundtranck trincket / ſol er dauon etwas in ein gefeßlein gieſſen / vnd darmit die wunde wol waſchen / auch ein rotköel blat in ſolchen tranck einnetzen / vnd vber die wunde legen vnd binden / doch das die rauche ſeite des blats nach der wunden wartz gewendet ſey / Vnd ſo es die notturfft erfordert / ſol man die wunde fein ſubtil hefften / auff das nicht eine vnförmliche narbe bleibe/ Es heilet vnd zeucht ohne das ſolcher wundtranck die wunde zuſammen ohne hefftung.

Ein

Ein ſehr bewehrt vnd fürtrefflich ſtichpflaſter/ welches Ranzouius in dem Tyroliſchen zuge vberkommen vnd erlanget / da Carolus V. zu Inßbrugk ein zeitlang gelegen/vnd der Durchleuchtige/ Hertzog Adolph von Holſtein/ſolches pflaſter erſtlichen von des hochlöblichen gebornen Churfürſten zu Sachſſen/ Johan Friederichs Wundartzt gelernet worden/ Iſt. ſonſt zu allen wunden / ja auch zu denen dienſtlichen / ſo mit einer büchſen verurſacht worden.

Nim Gummi galbani , Gummi Armoniaci , des ſaffts opponacis , deß hitzigen Gummi Bdellij , jedes iij. lot/ Wachs j. pfund/ Baumöhls ij. pfund / ſilberglöt j. pfund / Lorberöhl iiij. quent. rote Myrrhen/ Weyrach / Maſtix / Oſterlucey / zubereitten Galmey/ jedes ij. lot / Campffer iiij. quentl. Terpentin j. quentl. Die vier gummi erweiche eine nacht in guten ſcharffen weineſſig / vnd ſtos die andern ſtücke gar klein zu puluer/ ſetze alßdann die gummata mit dem eſſig zum fewer/ vnd laß es ſanfftiglichen zergehen/ biß alle vnreinigkeit ſich daraus begeben / als dann ſo treibe es durch ein rein tüchlein in einen tiegel / vnd koche die gummata wieder/ biß ſich der eſſig verzehret / vnd vom tiegel etlicher maſſen ablöſet/ laß als dann das wachs auch zergehen mit dem baumöhl in einem meſſingen becken / thue dann darein das ſilberglöt/mit ſtetigem vmbrüren/ ſonſten felt es bald zuboden/ ſolches thue vber dem fewer/ſo lange biß es braunſchwartz beginnet zuwerden / ſtos den ein meſſer oder ſpatel darein / ob ſichs wolte ſtarck anhengen / vnd wieder leichte ablöſen / vnd wenn ſolches

geſchicht/

geſchicht / ſo hat es gnugſam gekocht / dann hebe es abe vom fewer / vnd laß es ein wenig / doch nicht gehlingen kalt werden / thue dann allgemachſam von dem Gummatibus, ſo mit eſſig zerlaſſen worden / einer bohnen oder haſelnuß groß darein / biß ſo lang die Gummata alle hinein ſind / dann wo du ſie alle auff ein mal würdeſt darzu thun/ſo würde daruon das pflaſter gewaltiglich vberſich ſteigen / auch wol vberlauffen / Derwegen ſoltu allewege ein becken mit kaltem waſſer auff eine vorſorge haben / damit wenn es vberleufft / du ſolches vber das kalte waſſer halten kanſt / alß dann nimbſtu es wieder daraus/ vnd thuſt es zum andern/ wenn es kalt worden / Da nun die gummata vnd hartzige ſtücke alle zum pflaſter kommen / ſo laß es wieder gar ſanfftiglichen kochen / vnnd thue als dann die andern klein gepuluerte ſtücke auch darzu / vnd zu allerletzt den Terpentin vnd das Lorberöhl/ vnd wenn du ſolches vom fewer haſt gehoben / vnd kalt laſſen werden / ſo thue auch darzu den Campffer / thue es dann alles zuſammen in warm waſſer / wie man das wachs pfleget einzulegen / wenn man kertzen oder liechte daraus machen wil / laß es darinnen erweichen / das du ſolches mit den henden wol außarbeiten vnd ſchmeidig machen kanſt / beſtreiche es dann mit beyfußöhl/ das es fein glentzend vnd reine wird/ bewahre es dann wol in zubereitten rehefellen / ſo helt es ſich wol 40. oder 50. jahr darinnen krefftig. Diß ſtichpflaſter dienet wieder alle verwundung / ſie ſey vom ſchieſſen oder ſtechen entſtanden.

Ein ander überaus köſtlich Stichpflaſter wieder alle verwundung / welches der ander König in Den-

in Dennemarck/Chriſtianus, beneben dem folgenden Balſam vnd Puluer / in ſtetem gebrauch gehabt / wie man denn dieſe ſtücke alle nach ſeinem tode / in ſeinen artzney büchern gefunden.

Nemet Wachs ſiebendhalb lot / Griechiſch pech/ Aſchenſchmaltz/ Mumien/ jedes iij. lot / rote Myrrhen ij. lot/ Mennige j. lot. weiſſe Corallen iij. quent. Magneten ſtein ij.lot : Das wachs leſt man erſtlich mit dem griechiſchen pech zergehen/ alß dann thut man darzu die Mumien vnd das Aſchenſchmaltz / dieſe ſol man zuſammen bey gelindem fewer wol durcheinander arbeiten/ nachmals die andern ſtück klein gepuluert auch darzu thun/ vnd bey dem fewer ein wenig ſtehen laſſen/ jedoch mit ſtetigem vmbrüren anhalten / vnd wenn es ſich vnten beginnet zu ſetzen vnd dicke zuwerden/ ſol man einen ſpatel darein ſtoſſen / vnd von der höhe auff ein kalt eiſen oder meſſing ein tröpfflein oder zwey fallen laſſen / vnd da ſolches kalt worden / vnd etwas hart anklebet/ ſo hebe es vom fewer/ vnd rüre es gar wol/ biß es beginnet kalt vnd dick zuwerden / als dann ſol man auch die Myrrhen darein thun/ auch Weyrach vnd Maſtix / jedes ij. lot/ Campffer iij. lot darzu nemen / vnd wol vntereinander rüren / biß es gar kalt vnd zimlichen hart wirdt/nachmals mit Aſchen ſchmaltz das pflaſter in den henden gar wol arbeiten / ſo iſt ſolches fertig. Da nun einer verwundt oder geſtochen / ſol man daruon etwas auff ein tuch ſtreichen/ vnd vber die friſche wunde legen/ ſie ſey gehawen oder geſtochen / ſo iſt es doch zu allen dienſtlichen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Ein ander auch ſehr bewehrtes Stichpflaſter.

Nemet Baumöhl v. quentl. weiß Wachs xiiij. lot/ Hirſchen vnſchlit ij. lot / fichten hartz j. lot. Griechiſch pech iij. lot / Lohröhl / Eyeröhl / Wacholderbeer öhl/ Regenwürmer öhl/ jedes ij. lot/ Bleyweis/Silberglöt/ jedes iij. lot/ Terpentin vj. lot / Galbani Ammoniaci, oppopanacis, Bdellij, jedes ij. quentl. Die hartzigen ſtücke ſol man mit eſſig laſſen zergehen / dann durch ein tuch treiben / rote Myrrhen ij. quentl. Maſtichis iij. qu. Weyrach j. lot / Mumien ij. lot / zubereitten Galmey iij. quentl. gegraben Galmey ij. quentl. weiſſe vnd rote zubereitte oder gepuluerte Corallen / jeder anderthalb q. Orientaliſchen Magnetenſtein vj. quentlein/ lange vnd runde Holwurtz / jeder ij. quent. haarſtranckwurtzel anderthalb quent. Mutter perlen ij. quent. weiſſen Victril ij. lot / Agteſtein j. quentl. Campffer iij. lot / Aſchenſchmaltz ij. lot: Dieſe alle ſollen nach der Wundtärtzte kunſt zu einem Pflaſter zugericht werden/ wie denn bißdaher auch anleitung gegeben worden.

Ein guter Wundtranck.

Nemet Wintergrün / Feldtbethonien kraut / jedes ein halb quentlein. Sannickel / Sinnau/ jedes anderthalb quentl. Dieſe ſol man zuſammen in einen verglaſurten topff thun/darüber gieſſen zwey maß guten wein/ den topff mit einer ſtürtzen wol zudecken / vnd mit tüchlein vnd meel wol verkleiſtern / damit die krafft nicht heraus gehe/jedoch mitten im deckel ein löchlein machē/ das

das es lufft habe/ vnd der topff nicht zuſpringe/ ſolches zuſammen zwo ſtunden lang kochen laſſen/ Von dieſem tranck nachmals dem verwundten täglichen des morgens früe/ vnd vmb veſperzeit ein guten ſtarcken eßlöffel voll fein warm zutrincken geben/ vnd vber den ſtich oder wunde ein köelblat oder der ſtichpflaſter eins legen.

Ein herrliches Balſamöhl / das gantz nützlichen in die wunden oder ſtich / ſo am gantzen leibe des menſchen/ außgenommen des heupts / mögen geſchehen ſein/ einzutreuffen iſt.

Nemet gut Roſenöhl xviij. lot / der beſten Rhabarbara klein zerſtoſſen xij. lot / Dieſe zwey ſtück ſol man zuſammen in einen öhlkrug oder zinnerne pflaſche thun/ vnd drey tage lang ſtehen laſſen / nachmals die pflaſche in Balneo Mariæ ſetzen/ vnd eine halbe ſtunde lang darinnen wol kochen laſſen/ als dann auch in die pflaſche thun / geſtoſſenen Maſtix vj. quent. gepuluerten Weyrach / Bdellij, oppopanacis, Campffer / jedes j. lot/ vnd dann wiederumb ſanfftiglichen in Balneo Mariæ kochen laſſen/ vnd durch ein rein wüllen tuch ſeihen/ vnd wol durchdrucken / ſo iſt ſolch balſamöhl zu obgedachtem gebrauch gantz fürtrefflich. Ein herrlich Balſam öhl.

Ein köſtlich gut Wundtſelblein / ſo auff nachfolgende weiſe kan zugerichtet werden.

Nemet Terpetin vj. lot / Hirſchen vnſchlit iij. lot/ Baumöhl iiij. lot / Weyrach gepuluert j. lot / Maſtix/ Myrrhen/ jedes ij. quent. Grünſpan anderthalb quent. mache daraus ein fein linde ſelblein.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Ein ander Selblein / ſo die wunden reiniget vnd heilet.

Nemet Terpetin / Honig / Roſenöhl / Weitzenmeel/ Eyerdotter/ jedes gleich viel.

Ein ſehr köſtliches puluer / wenn einem eine Senader / flachs oder Spanader entzwey gehawen iſt / wie ſie der Wundtartzt wieder zuſammen bringen ſoll.

Nim Krebßaugen gar klein geſtoſſen / in ein ſubtil dünne tüchlein gebunden / vnd auff die verletzten Senadern geſtrewet / nachmals mit druckenen banden / ſo von weicher vnd alter leinwad zugerichtet / wol verbinden/ damit keine feuchtigkeit darzu kommen möge/ vnd ſolche verbindung ſol jnnerhalb 24. ſtunden vnauffgelöſet bleiben / wenn nun ſolche ernante zeit verfloſſen / ſol es der Wundartzt wieder auffbinden/ vnd ſehen/ wie ſich die zuſammen fügung der Senader ſchicket / nachmals die wunde mit warmen bendern (wie man ſonſten friſche wunden zuverbinden pfleget) verbinden/vnd vber den andern oder dritten tag ſolche verbindung wiederumb auffmachen / vnd vernewern.

Wie man das gliedwaſſer verſtellen ſoll.

Nemet Eyerweis j. quentl. Baumöhl ein halb qu. vngebrandten Alaun j. meſſerſpitzen voll / miſcht es vntereinander / vnd bindet es darauff.

Ein anders.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Die wolle von den haarweiden / ſo im waſſer ſtehen/ nach Oſtern / wenn ſie verblühet haben / genommen/ vnd in die wunde gelegt/verſtellet das gliedwaſſer.

Blut vnd gliedwaſſer zuuerſtellen.

Nemet Schwefel/ gebrandten Alaun/ Wacholder holtz/jedes ein drittheil eins quent. Stoſſet ſolches klein/ vnd ſtrewet es in die wunden / ſo verſtehet das blut vnd gliedwaſſer.

Ein anders.

Nemet Regenwürmer / brennet ſolche zu puluer/ vnd ſtrewet es in die wunden.

Gliedwaſſer zuuerſtellen.

Nemet gepuluerten Alaun ij. lot/ das weiß von einem Ey / rürt es vntereinander / vnd laſt es hart werden/ reibet es dann gar klein/ vnd wenn das gliedwaſſer gehet / ſo ſtrewets drein / vnd laſt es ligen / biß es vorſtehet.

Ein tranck fürs gliedwaſſer.

Nemet Meußöhrlein/ der groſſen neſſel wurtzel/jedes eine hand voll / gieſſet darüber j. nöſſel bier / vnd laſts halb einſieden / doch das es nicht vberlauffe / vnd gebt es dem verwundten zutrincken / ſo iſt er ſicher für dem gliedwaſſer / ja es verſtehet dauon.

Ein Pflaſter für das gliedwaſſer.

Nemet hanffkörner j. hand voll / ſtoſſet ſolche gar klein zu puluer / nemet darzu Roſenwaſſer / Poley waſ-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ſer / Feldbethonien waſſer / jedes ij. löffel voll / miſchet ſolches vntereinander / das es wird wie ein pflaſter / vnd bindet es auff den ſchaden.

Ein ander gut Pflaſter.

Nemet griechiſch pech / Wachs / Weyrach / jedes iiij lot / Terpetin viij. lot / Weinſtein vj. quent. Leinöhl iij. lot / Alaun ij. lot / daraus ein pflaſter gemacht vnd vbergelegt / ſtillet das gliedwaſſer.

Ein ſelblein zum wilden fleiſch in wunden.

Nemet Alaun / Zucker / Spangrün / Honig / jedes j. quent. Dieſe alle klein gerieben / vnd mit dem Honig zu einem ſelblein gemacht.

Nun folget gewiſſer vnterricht / wie man das vberflüſſige bluten der wunden / ſie ſeind gehawen oder geſtochen / ſtillen ſol.

Im Früling ſol man das fröſch geleich mit iij. oder iiij. ellen leinen oder flechſen grob tuch auffahen / vnd daſſelbe tuch wol darmit reiben vnd anfeuchten / vnd dann an der Sonnen wieder laſſen drucken werden / ſolches dreymal aneinander thun / vnd zum gebrauch wol auffheben. Vnd ſo man das blut ſtillen wil / ſol man von dem tuch zwey mal ſouiel abſchneiden / ſo groß als die wunde iſt / dann pflaſtersweiſe vberlegen / ſo wird es das blut bald ſtillen / Solchs hat man bey vielen perſonen bewehrt vnd krefftig befunden.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Ein anders.

Nim ſchwefel ij. lot / Mennig j. lot / miſche es zuſammen / vnd ſtrewe es in die wunden. Etliche ſtoſſen Ritterſporn wurtzel vnd kraut klein zu puluer/vnd ſtrewen es in die wunden.

Da einem eine ader vbel geſchlagen / wie man das blut ſtillen ſoll.

Brennet Kupfferwaſſer auff einem eiſern blech zu puluer/ vnd ſtrewet es darauff.

Da auch jemandt ein bein oder arm gebrochen hette/der neme der Steinkuchen/ſo man aus dem Schweitzerlande bringet j. quentl. ſtoſſe es zu puluer / vnd neme es mit warmen bier etlich mal ein / es bringet in kurtzer zeit die gebrochene beine wieder zuſammen. Oder da jemand eine riebe im leib entzwey gefallen/der neme Krebs augen klein gepuluert j. quent / thue darzu aus der Apotecken die ſpecies diapenidij iiij. quent. Diatragacanti ij. quentl. mache daraus mit Endiuien waſſer einen tranck / vnd trincke etlich mal etwas dauon / wenn man wil ſchlaffen gehen.

Das XXXIX. Capittel.

Wie man ſich für der hitz auffhalten/ vnd den durſt ſtillen ſol.

GLeich wie groſſe kelte allen / ſo da wandern vnd vber land reiſen / ſehr ſchedlichen / Alſo iſt auch groſſe hitze vnnd durſt vndienſtlichen denſelben

perſo-

Woher der groſſe durſt entſtehet.

perſonen / Denn der durſt entſtehet eigentlichen entweder aus vberflüſſiger hitze/oder aus manglung der feuchte / denn vberflüſſige hitze den wanderßleuten ſehr beſchwerlichen/ dieweil ſie den leib zuſehr außdrucknet/ die krefft e vnd ſtercke benimpt / vnd die natürlichen feuchtigkeiten verzehret.

Viel reden bringet durſt.

Darumb ein jeder/ ſo in groſſer hitze vber land reiſet / ſol diß in guter acht haben / das er auff dem wege nicht viel rede / dann daruon der gaum außgedrucknet/ vnd ein durſt verurſacht wirdt. Die vberflüſſige hitze aber zuuertreiben/iſt ein kalt waſſerbad nicht vnbequem/ wann einer gleich von der hitze ein fieber oder groſſe heuptwehtagung erlanget hette / darumb mag man in dieſem fall wol den Hirſchen nachfolgen / welche/ wenn ſie von groſſer hitz ſehr geengſtiget werden / in das kalte waſſer gehen / vnd ſtehen entweder darinnen/ oder legen ſich darein.

Kalt waſſer bad für groſſe hitze dienſtlichen.

Krentze von külenden blumen vñ kreutern wieder die groſſe hitze.

Etliche aber gebrauchen wieder die groſſe hitze / krentze von blawen Violen/wolriechenden Roſen/Seeblumen / Weggres wipflein oder Wegdritt kraut gemacht / oder von Maurrauten / Abthon bletterlein / Weinlaub / Mirtenbletter / Weidenlaub vnd dergleichen külenden kreuterlein vñ ſtreuchlein krentze gemacht/ vnd auff das heupt geſetzt.

Wieder den groſſen durſt.

Wieder den groſſen durſt aber/ ſo von groſſer hitze kompt / tragen etliche ein ſtück Criſtall im munde / etliche ein ſtück rein Silber/ etliche Corallen/weiſſen zucker Candit / oder einen reinen Kieſelſtein / der zuuor in kaltem waſſer gelegen.

Julep für den durſt.

Deßgleichen wird für den durſt ſehr nützlichen gebraucht ein guter Viol oder roſen Julep / mit friſchem brunn-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

brunnwaſſer/ oder ein ſawer zucker Julep/ von iiij. nöſſel geſotten brunnwaſſer/ j. nöſſel weineſſig/vnd viij. lot zuckers zugerichtet / kan man ſauren granat wein / ſauren Citrangel vnd Citronen wein haben/ mag man denſelben an ſtat des eſſigs darzu nemen / ſo wird der Julep noch krefftiger. Es leſcht auch friſch ſüß holtz vberaus wol den durſt / daruon ein ſtück in den mund genommē/ vnd wol gekewet. Oder aber ein gut gerſtenwaſſer/von gerſten / ſüß holtz vnd kleinen roſinlein zugericht. Wie nun das wachen den durſt ſtillet / ſo von groſſer hitze kompt / alſo der ſchlaff den durſt / ſo von druckenheit kompt. Kalt waſſer in mund genommen/oder das wolriechende mundwaſſer/ ſo zuuor droben beſchrieben/ gebrauchet/ vnd den mund damit wol außgeſpület / ſtillet auch den durſt. Friſche Feigen lindern den durſt / vnd erkülen fein.

Sawer zucker Julep.

Friſch ſüß holtz.

Gerſten waſſer.

Kalt waſſer im munde gehaltē für den durſt dienſtlichen.

Friſche feigē.

Vber das ſo ſind zu ſtillunge vnd minderung des durſts vberaus nützlichen die Zirbelnüßlein / die fetten Portulakenbletter/ vnter die zunge gelegt/ Item die erdbeer/ pirn/ zwetſchken / kirſchen / quitten kernlein/ Salat vnd Cucumer ſamen. Wenn man auch brodt in friſch waſſer weichet / vnd ſolches mit wein einnimpt/ oder eine kanne mit wein in friſch brunnwaſſer ſetzt/ vnd thut ein ſchnittlein geröſt brod darein / ſo zuuor in kalt brunnwaſſer eingeweicht/ vñ daruon getruncken/ leſchet ſolches den durſt auch gar wol / Vnd ſolche abkülunge des weins iſt nicht ſo ſchedlich/ als wenn man denſelben mit Salpeter/ eysſchollen oder ſchnee abkület/dann ſolche abkülung/ weil ſie mit gewalt geſchicht/ iſt der natur gantz zuwieder vnd ſchedlichen.

Früchte/bletter vnd samē so da külen.

Wein abzukülen/ das er den durſt leſche/ vñ nicht ſchedlichen ſey.

Warumb die abkülung mit ſchnee / eyßſchollen oder Salpeter ſchedlichen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Das XL. Capittel.

Wie man ſich wieder den hunger auffhalten ſoll.

DIe kriegßzüge vnd das reiſen bringet den menſchen offt in mancherley groſſe not vnd mangel/ fürnemlich aber in hungers not / darumb wil es alhier nicht vnbequem ſein/ anzuzeigen / wie man ſich darfür auffhalten ſol.

Gebratene lebern.

Wo nun hungers not einfellet / kan man die Leber von den thieren braten / vnd an ſtat des brods gebrauchen / denn ſolche ſettigen faſt ſehr / So nehren auch vberaus wol die Marcipan/ von mandel vnd zucker gebacken/ die man mit ſich füren ſoll. Alſo thut auch das ſchiffbrod / ſo zweymal gebacken / welches gar trucken/ vnd nicht ſchimlecht wird noch beſchlecht / wird auch nicht faul oder anbrüchig/ deſſen ſol man auch eine notturfft mit ſich füren.

Marcipan. Schiffbrod.

Man lieſet / das auff ein zeit eine perſon mit einem haußgebew verfallen ſey/ vnd ſieben tage vnd nacht darunter gelegē/ das man auch keine hoffnung gehabt/ das ſolche perſon am leben ſein würde / die hat jhre eigene netze getruncken / vnd ſich darmit wieder den durſt vnd hunger auffgehalten.

Auicenna der Arabiſche Artzt hat wieder den hunger etliche küglein beſchrieben / welche man alleine für der Sonnen hitze bewahren muß / auff das ſolche nicht ſchmeltzen / Vnd werden alſo zugerichtet.

Nemet abgeſchelte ſüſſe mandeln j. pfund/kühe vnſchlit / zuuorn geſchmeltzt ein halb pfund / blau viol öhl iiij. lot/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

iiij.lot/deß außgezogenen ſchleims aus der Eibiſch wurzel ij. lot / Dieſe zuſammen in einem mörſel wol geſtoſſen / vnd daraus runde küglein gemacht / ſo groß als die Welſchen nüß ſeind/ vnd in fürfallenden nöten gebrauchet.

Das XLI. Capittel.

Vom vnwillen vnd erbrechen / ſo da entſiehet/ wenn man vber Meer ſchiffet.

SO einer vber meer ſchiffet / vnd ſich faſt vndawet / der ſol anfenglichen nicht bald das erbrechen ſtillen / es were dann / das ſolches zu gar hefftig anhielte/vnd ſich anderer beſchwerung zubefahren. Damit man aber die meerfart deſto beſſer vertragen möge / ſol man ein wenig meerwaſſer vnter das trincken miſchē/ auff das der magen deſſen allgemachſam gewohne.

Es iſt aber wieder ſolches vndawen gar dienſtlichen / geröſt brod mit eſſig beſprengt vnd geſſen / alſo auch die meglein von den hünern zu aſche gebrandt/vnd mit wein eingetruncken / thun ſie gar wol zu ſolcher beſchwerung. Etliche wollen/man ſol ſtets aus dem ſchiff in das meer vnd ſaltzwaſſer ſehen / ſo ſol einem das erbrechen deſto weniger ankommen.

Das XLII. Capittel.

Vom waſſer trincken.

MAn hat erfahren / das offt in kriegßzügen / vnd wenn man weit vber land hat reiſen müſſen/

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

auch not vnd mangel der guten geſunden waſſer fürgefallen / alſo / das etliche trübe vngeſunde lettichs waſſer haben trincken müſſen / daruon jhr gar viel geſtorben/ derwegen ſich jederman wol fürſehen ſol / das er nicht aus böſen brunnen / pfützen / ſtehenden waſſern vnnd Seen trincke / ſintemal ſolche waſſer von den feinden auff mancherley weiſe können vergifftet werden / beuoraus wenn ſie wiſſen / das ohne deß ſolche brunne vnnd pfützen nicht reine/ vnd ſie derſelben wol entrahten können.

Wie das waſſer zuprobiren / ob es reine ſey.

Wo ferne nun das brunnwaſſer rein / vnd nicht vergifftet / iſt ſolches zu trincken nicht vndienſtlichen/ Es ſol aber zuuorn alſo probiret werden: Nim ein rein tüchlein / netze es in brunnwaſſer / vnd henge es auff / wann denn jnnerhalb zweyen ſtunden kein fleck oder mackel daran geſpüret wird/ ſo iſt ſolch waſſer gar reine/ das mag man denn künlich trincken.

Mancherley arten / die waſſer zu reinigen vnd zu verbeſſern.

Es werden auch die waſſer gereiniget vnd geleutert/ wenn man einen ſack nimpt / vnd thut darein guten reinen ſand von vngeſchmackter geſunden erden / vnd ſeihet dann das waſſer durch/ ſo wird es tüchtig zugebrauchen.

Böſe waſſer/ ſo man ſolche mit knoblauch einnimmet / oder darein ein wenig Theriack wirfft / ſind ſolche deſto ſicherer zugebrauchen / ſonderlichen in kriegßzügen / da man bald an dieſem / bald an einem andern ort das lager auffſchlagen muß. Die pfulechte vnd lettichte waſſer werden auch durch zuthuung des ſaltzs verbeſſert/ die trüben aber durch Alaun clarificirt vnd klar gemacht.

Ferner ſo werden die waſſer verbeſſert/ ſo man Corberbletter/ Boley/ Saurampffer bletter/ Einhorn / geſtoſſene

ſtoſſene Corallen / oder eſſig mit eim tröpfflein oder zwey Victriol öhl vermiſcht / darein thut.

Auff das ich aber von den waſſern zu reden kürtzlichen beſchlieſſe / ſo iſt diß meine meinung / das man die vergifften brunne zuhalten vnnd meiden ſol / dargegen auffs newe brunnwaſſer ſuchen vnd graben. Wenn man aber wiſſen wil / wo verborgene brunne anzutreffen / ſol man acht haben / wenn die Sonne im auffgehen iſt / wo neblichte dempffe ſich erzeigen / oder wo viel waldtrohr / Bintzen rohr / Entengraß / kolben vnd dergleichen ſtehet / da ſol man einſchlahen / vnd waſſer ſuchen.

Das XLIII. Capittel.

Vom Naſebluten.

DIweil auch die jenigen / ſo in groſſer hitze offt vber landt reiſen müſſen / das geblüt von der Sonnen hitze gantz ſubtile vnd dünne gemacht wird / alſo / das daruon ein naſebluten entſtehet / So achte ich nicht für vnbequem / das ich an dieſem ort anmelde / wie vberflüſſiges naſebluten möge geſtillet werden.

Vnd iſt erſtlichen zuwiſſen / wo einem ohne ſonderliche beſchwerung die naſe bluten würde / das er ſolches für ein gut zeichen der geſundheit halten ſol. Da aber ſolches gar zu hefftig vnd vberflüſſig gehen wolte / ſol man alle ſcharffe gewürtz / lauch / zwiefeln / knoblauch / rettich / Merrettich / vnd was damit zugerichtet wird / meiden. Der ſchweinsmiſt pfleget vberaus wol das naſebluten zuſtillen / wo man ſolchen warm in ein tüchlein bindet / vnd für die naſe helt / vnd da ſolcher

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

kalt wirdt / ſol man denſelben wieder erwermen/ einbinden vnd fürhalten.

Ein Pflaſter fürs naſebluten.

Nemet roten Armeniſchen Bolus, ſtaubmeehl aus der mühlen / jedes gleich viel / temperirt ſolche mit eyerweiß vnd roſeneſſig wie ein pflaſter zuſammen / ſtreichs es auff ein hanffen tuch / vnd leget es vber die ſtirn vnd pulsadern des heupts. Wil dann das bluten daruon nicht nachlaſſen/ ſo netzet ein tüchlein in weineſſig/ vnd ſchlahet es vmb den hals. Würde auch das blut aus dem rechten naſeloch rinnen/ſo ſol man einen windkopff vnter die kurtzen rieben in der rechten ſeiten auff die leber ſetzen. Wo aber das blut aus dem lincken naſeloch entſtünde / ſo ſol der windkopff auff die lincke ſeite an die miltz geſetzt werden. Da auch von dieſen mitteln das bluten der naſen nicht nachlaſſen wolte / ſol man die leberader am rechten arm ſchlahen laſſen/damit ſich das hitzige geblüt erküle / Nachmals ein puluer von dem kraut blutwurtzel gemacht/ vnd in die naſe geblaſen/ſtillet nicht allein das naſebluten / ſondern auch das bluten der wunden. Oder nim groſſe neſſelwurtz j. quent. halt die vnter der zungen / ſo ſtillet ſich das geblüt.

Ein anders.

Nim Storchſchnabel / ſonſt gratia Dei genandt/ oder der blutwurtzel/ Teſchel kraut/ Johannes blumen/ jeder ein halbe hand voll / thue ſolche zuſammen / eins theils in die ſchuch / den andern theil halt für die naſe/ den dritten theil in der hand. Item die wurtzel von erdbeerkraut vnter der zungen gehalten/daruon ſol das blut

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vorſtehen. Es iſt auch zu ſolchem geſchwinden naſebluten ſehr dienſtlichen die grüne Wegebreit mit eſſig angeſtoſſen / vnd in der hand gehalten / aus welchem naſeloch das blut leufft / auch vber die fusſohle gebunden / Vnd da es nicht allerding wil nachlaſſen / ſol man es auch vber die leber legen / ſtillet als bald das bluten. Etliche gebrauchen Saffran oder ſtaubmehl mit einem kancker geweb. Vnd da ſich das bluten von dieſem allen nicht ſtillen wolte / ſol man von eychbaum / ſtecheichen vnd buchbaum die aſche gebrauchen / ſonderlich wenn kein ander mittel verhanden / ſo kan man das naſebluten darmit ſtillen.

Endlichen ſo iſt hierbey zu mercken / das wo das naſebluten auffhöret / vnd ein ruffen vnd kruſpel geſatzt hat / das man die naſe nicht ſchneutze noch reinige / viel weniger das geſatzte blut heraus reiſſe / es ſey dann / daß das geblüt wol verſtanden / damit das naſebluten nicht wiederumb auffs new erwecket werde / Vnd dieweil ſolch geſatzt geblüt in der naſe dem menſchē ſehr anthut / als ſoltu nemen blau viol öhl / Populienſelblein / oder des Roſenſelbleins / vnd damit das blutende naſenloch ſanfftiglichen beſtreichen / ſo kanſtu das gelieferte blut deſto beſſer hinweg bringen.

Das XLIIII. Capittel.

Vom durchbruch des leibes / vielen ſtulgengen vnd durchlauff.

DIe tegliche erfahrung bezeuget / das die jenigen / ſo dem kriege nachziehen / oder aber ſonſten weit vber

vber land verreiſen můſſen/ offt mit eim durchbruch deß
leibes hart angegriffen werden/ darumb von nöten/ das
man auch für ſolchen zufellẽ etliche hülffmittel anmelde.
Vñ iſt zuwiſſen/ dz man anfenglich den durchbruch des
leibes nicht plötzlichen ſtopffen ſol/denn daruon offt viel
gefehrlicher vnd tödlicher kranckheiten zuentſtehen pfle-
gen / Sondern man ſol erſtlichen gar gelinde anzihende
ſtücke gebrauchen / nemlich ein ſtück goldt oder ſtahl et-
lich mal glůent machen/ vnd im trincken offt ableſchen/
oder aber ein ſtück geröſt brod mit Muſcaten bereiten/
vnd in das trincken werffen / Item von hirſchzehmel ſo
auffgedrucknet worden / etwas genommen / zu kleinem
puluer geſtoſſen / vnd eingegeben / ſtillet die rote ruhr.
Item etliche ſtück gebrandten backofen leimens in waſ-
ſer geſotten / vnd getruncken / ſtopffet vnd ſtillet bie rote
ruhr. Die vermöglichen mögen etwas von der terra ſi-
gillata, oder bolo Armeno vero in das trincken werf-
fen / vnd daruon trincken. Alſo iſt auch gantz dienſtli-
chen alter roter roſenzucker für ſich alleine / oder mit zu-
bereitten roten Corallen/oder gebrandten helffenbein ge-
braucht/ Item die quitten latwerge ohne gewürtz / oder
die latwerge von den eingemachten ſpöröpffeln oder
ſpeyerlingen / oder das man ſolche in wein kochet / vnd
iſſet / oder den wein trincket / So iſt auch darzu dienſt-
lichen die latwerge von vnzeitigen miſpeln.

Durchbruch ſol man nicht plötzlich ſtopffen.

Inwendige mittel / den durchbruch zuſtillen.

Von außwendig ſol man den leib mit Maſtixöhl/
quittenöhl / vnd roſenöhl von vnzeitigem oliuenöhl zu-
gerichtet / fein warm ſchmieren / ſtillet auch den durch-
lauff oder rote ruhr / So iſt auch das pflaſter/ empla-
ſtrum Diaphæniconis Meſuæ genandt / auffgeſtrichen
vnd vbergelegt/ gantz dienſtlichen.

Außwendige mittel / den durchbruch zuſtillen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Das XLV. Capittel.

Vom Sod vnd brennen im halſe.

DEr Sodt iſt gar ein böſe marter/ ſonderlich den wandersleuten/ vnd denen die reiten müſſen/ Vnd ob wol ſolcher von mancherley vngeſchickligkeit des magens verurſacht wirdt/ ſo kompt er doch mehren theils von gälliſchen feuchtigkeiten/ ſo ſich aus der Leber in den Magen ſchütten/ auch von ſauren Melancholiſchen feuchtigkeiten vnd böſen aufſteigenden dempffen/ vnterweilens auch von böſen Phlegmatiſchen faulen ſchleim/ mit hitziger galle vermiſcht. Vnd wiederferet fürnemlichen den zechbrüdern/ ſo gerne ſtarcke wein trincken/ viel gewürtzter ſpeiſe gebrauchen/ vnd das verbrandte braune fett vom gebratnus eſſen/ oder eyer in ſchmaltz/ ſpeck/ vnd ſonſten dergleichen fette leckerbißlein gerne zu ſich nemen/ oder viel rohe obſt in ſich ſchneiſen/ Dieſe alle geben zu dieſer beſchwerung vnd marter am meiſten vrſachen/ wil derwegen kürtzlichen bericht thun/was man auch hierzu gebrauchen möge. Es iſt nicht ohn/ das jhr viel etliche Experimentlein darwieder gebrauchen/welche jhre ſtell vnd maß haben/ ſo hernachmals ſollen angezeigt werden. Aber kein beſſer mittel iſt für den ſodt/ dann das man das jenige vnterlaſſe/ dauon er entſtehet/ vnd wer damit geplaget wird/ ſol ſich für allen dingen erbrechen/damit die brennende materia aus dem Magen komme. Wer ſich aber nicht leicht oder ohne ſchaden vndawen kan/der gebrauche nachverzeichnete pillen/ die drucken die brennende materia vnter ſich/ vnd führen ſie gantz gelinde durch

Woher der Sodt verurſacht wirdt.

Wer am meiſten vom ſodt geplaget wird.

Das beſte mittel für den ſodt.

Erbrechen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Pillen ſo den ſodt vnterſich ziehen.

den ſtulgang hinweg: Nemet der Pillen Hieræ ſimpl. Gal. Aleophangin pillen teig/ Maſtix pillen teig/ jeder ij. drittheil eins quentleins / Dagridij x. gerſtenkörner ſchwer / ſpec. Aromat. Roſat. Gab. x. gerſtenkörner ſchwer / Spec. Diarrhodon Abbatis vj. gerſtenkörner ſchwer: Dieſes ſol man zuſammen mit Roſenhonig oder oxymel zu einem pillen teig formiren / vnd daraus kleine pillen/ gleich den heuptpillen machen/vnd derſelben auff ein mal j. quentlein ſchwer mit j. löffel voll roſenhonig oder oxymelitis vier oder fünff ſtunden vor der mittags mahlzeit einnemen. Wer ſich aber gerne erbrechen wolte/ der gebrauche ein erbrech waſſer/ damit ſolches deſto leichter geſchehen möge / vnd nach dem erbrechen ſol man den Magen wiederumb ſtercken/ dauon zuuorn gnugſamer bericht geſchehen.

Allerley experimenta für den ſodt.

Was nun anlanget die Experimenta / ſo wieder den ſodt gebraucht werden/ ſind jhr viel / die ſüß holtz in kleine ſtücklein ſchneiden / kawen ſolches wol im munde / vnd zihen den ſafft daraus/ das andere thun ſie hinweg. Etliche gebrauchen den ſtein / ſo in des Karpffen heupt gefunden vnd außgenommen wirdt / wenn er geſotten worden/ vnd iſt nicht ohn / das ſolche karpffenſteine à tota ſubſtantia wieder ſolche beſchwerung dienen. Etliche aber ſchlingen nach gehaltener mahlzeit etliche Weyrach oder Maſtixkörner ein / ſonderlichen des abends/etliche trincken warm waſſer oder warme milch/ etliche gebrauchen darfür kirſchkern / pfirſchkern/ bittere mandeln/ Johannes brod / oder ein ſtücklein brod in eſſig geweicht / etliche ſchlingen alle morgen 3. oder mehr körnlein von meerhirſchen. So loben auch eins theils gar ſehr / das man etliche ſcheublein von vngekochten

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ruben eſſen ſol / dann ſolche den ſodt vnterſich drucken/ vnd dem brennen wehren ſollen.

Ranzouius der Stadthalter ſetzet/das er zwey für-neme Medicamenta darwieder gebrauchet/das eine hab er von ſeinem verwandten Daniel Knatzau bekommen/ welcher des königes in Dennemarck Friderici des andern oberſter Heerführer geweſen / wie er den König in Schweden bekrieget hat/ Das ander hab er ſonſten lange zeit im brauch gehabt.

Danielis Rantzau artzney für den ſodt.

Nemet alten roſenzucker iiij. lot / gepuluerte krebs-augen ij. lot/ Boli armeni des beſten j. quentl. dieſe alle mit vngewürtzten quittenſafft zuſammen gemiſcht zu einer latwerge.

Ein anders Henrici Rantzau.

Nim reine Cölniſche kreide / ſo nicht ſteinicht iſt / iij. lot / drey gute Muſcaten nüß / des beſten weiſſen Cannani zucker iij. lot/ daraus ein puluer gemacht/vnd für den ſodt gebraucht.

Ein ander latwerge Johannis Wittichij Medici zu Arnſtadt.

Nemet alten roſen zucker iiij. lot / vngewürtzten quittenſafft ij. lot/ geſtoſſenen Maſtix ij. quent. rote zubereitte Corallen anderthalb quentl. weiſſen Agteſtein zwey drittheil eins quentleins / daraus eine latwerge gemacht.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Doctoris Iohannis Neffij Morſellen für den ſodt.

Nemet Muſcaten nuß ij. quent. rote zubereitte Corallen / gebrandt hirſchhorn zubereitet/jedes anderthalb quent. Cölniſche zubereitte kreiden ij. quent. Saffran v. gerſtenkörner ſchwer/ des beſten zuckers xij. lot/ Den zucker ſol man zergehen laſſen mit krauſemüntz waſſer/vnd daraus Morſellen machen.

Andere Morſellen Doctoris Caſpari Neffij/ für den ſodt.

Nemet Cölniſche kreide iij. quent. ſo gar weich vnd nicht ſandicht / die ſol man vier mal gar reine waſchen mit Wegebreit waſſer / dann wieder drucken laſſen werden / der beſten Zimmetrinde ein halb quent. Muſcaten blüt / ſo zuuor ein wenig auff einem blech geröſtet worden/ ein drittheil des quentleins / des beſten weiſſen zuckers viij. lot / den ſol man mit wolriechendem roſenwaſſer zergehen laſſen / vnd aus dieſen allen Morſellen machen.

Das XLVI. Capittel.

Wieder die Breune vnd anlauffen der zunge.

Was die Breune ſey/ vnd woher ſie komme.

DJe Breune treget ſich offt vnd viel in lägern vnd kriegßzügen zu / das viel menſchen daran ſterben. Es iſt aber nicht eine kranckheit / wie der gemeine pöfel vermeinet / ſondern ein zufall anderer kranck-

kranckheiten/ als der peſtilentz/heuptkranckheit vnd dergleichen brennfiebern. Darumb ſol man wieder die breune ja nichts anfahen / man habe denn zuuorn die großmechtige hitze deß leibes gelindert vnd geſtillet / vnd den leib/ſouiel müglichen/von alle dem das von nöten thut/ ſanfftiglichen gereiniget / alteriret / erquicket vnd bereit/ alß dann mag man wol mit kühlung dem munde / der zungen vnd mandeln zuhülff kommen. Wo aber der leib erſtlichen nicht gereiniget / gekület vnnd erquicket worden / vnd wil alſo an der breun anfahen/ vnd derſelben wehren / ſo bringet man gewiß den bittern todt zuwege / vnd man bedencke Morbum eſſe ſuorum ſymptomatũ cauſam,vnd ſpanne die pferde nicht hinden an. Weñ nun der kranckheit etlicher maſſen gewehret iſt/ als denn wehre man auch dieſen vnd andern zufellen mit beſcheidenheit. Folget nun/

Wie der Breune zubegegnen.

Nemet quittenkern / oder mittelrinde von linden holtz / leget ſolche in waſſer / thut darzu j. löffel voll roſeneſſig/ laſt es alſo erweichen/ ſo wird ein ſchlipfferiger ſafft daraus/ damit ſol man die zunge anfeuchten. *Schlipffer ſafft für die breune.*

Ein anders.

Nemet aus der Apotecken Syrupi Acetoſi. ſimpl. vermiſchet ſolchen mit gerſten grauppen waſſer / vnd gorgelt dann darmit / iſt für die breune vnd druckenheit der zunge gantz dienſtlichen. Nun folget / *Gorgelwaſſer.*

Wie man den Syrupum Acetoſum krefftiglich ſol zurichten.

Syrupus Acetoſus.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Nemet rein brunnwaſſer/ oder/ das noch beſſer iſt/ gut roſenwaſſer iiij. nöſſel / des beſten weiſſen zuckers v. pfund: Dieſes ſol man zuſam̃en in ein reinen verglaſurten topff thun / zum fewer ſetzen/ vnd ſanfftiglichen one rauch (darumb man ſolchen ſafft bey kolen / vnd nicht bey holtz kochen ſol) ſieden laſſen/ fleiſſig ſcheumen/ vnd die helffte einſieden / denn guten ſcharffen weiſſen weineſſig ij. nöſſel/ oder ſo mans ſtercker haben wil/ iiij. nöſſel daran gieſſen/ Wil man jn aber nicht zu gelinde noch zu ſtarck haben / ſo neme man iij. nöſſel / laß es ferner zu einem ſafft einkochen/ heb es dann vom fewer/ laß es erkalten/ vnd thue ſolchen ſafft in ein glaß oder verglaſurt geſchir / vnd verwahre jhn wol.

Weil nun dieſer ſafft vberaus zu den hitzigen galliſchen vnd peſtilentziſchen ſiebern gantz dienſtlichen/ denn er die galle bricht / außleſcht vnd dempfft / den durſt gewaltiglichen leſcht / auch die grobe zehen feuchtigkeiten zertheilet/ die verſtopffung der adern / leber vnd miltz eröffnet/ das waſſer treibet/ vñ befördert auch den ſchweis/ wiederſtehet der feulung vñ aller peſtilentziſchen gifft/ vñ dieſer ſafft auch von dem weiſen philoſopho Ariſtotele im büchlein vom regimen vnd Diæta der Fürſten/ an Alexandrum geſchrieben/ höchlichen gelobet wird/ wil ich denſelben auch jederman trewlich befohlen haben zugebrauchen.

Ein anders für die Breune.

Speckſchnitlein von eim reinen borck.

Nemet reinen ſpeck von einem borck oder geſchnittenen ſchwein / ſchneidet daruon ein ſchnitlein eins halben fingers lang / vnd zweyer finger breit / leget ſolchs dem kranckẽ auff die zunge/ doch das es die gantze zung vnd

vnd den gaum wol erreiche / dieſes ſtück ſpeck ſol man nicht aus dem munde des krancken nemen / ſondern jhn daſſelbe ſo lang im munde halten laſſen / biß es gar zerſchmoltzen / Darauff wird ein hefftig erbrechen vieles böſen verbrandten geblüts vnnd einer zehen haut erfolgen / alß dann gebe man achtung darauff / das der krancke im erbrechen nicht erſticke / Wenn er ſolches zwey mal thun wird / ſo muß die breune weichen / vnd der krancke geſundt werden.

Ein anders.

Man ſol ein Pferdt gantz geſchwinde rennen vnd lauffen laſſen / biß es müde / vnd der mund von wegen der groſſen hitze voller feuchtigkeit werde / dann ſolchen ſchaum auffahen / ein ſchwemlein an ein höltzlein binden / vnd darmit die zunge / den gaum vnd was man erreichen kan / etlich mal beſchmieren / vnd das ſchwemlein ja wol anbinden / damit ſolches nicht von dem höltzlein in hals fahre. Wenn nun der krancke eſſen oder trincken wil / ſol er den mund zuuor mit braunellen waſſer ausſpülen / dann wiederumb zu etlichen malen mit dem ſchwemlein vnd pferde ſchaum die zunge vnd hals anfeuchten / Das hat die erfahrung bezeuget / das vielen damit geholffen worden. Pferde ſchaū.

Es tregt ſich auch offt zu / das einen im reiſen die ſtieffel drucken / vnd die zieben der füſſe auffreiben / oder ein butzen / ſchwellen oder dicke haut aufftreiben / welches die Deutſchen einen lichtdorn nennen / darfür ſol man folgendes mittel gebrauchen. Lichtdorn zu vertreiben.

Nim die bletter von groſſen Welſchen nüſſen / brenne ſolche zu puluer / vermiſch ſolches mit knobloch vnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnſchlit vntereinander / vnd ſtos es wol zuſammen / das es wie eine ſalbe wird / wenn dann der Mond im abnemen iſt / ſo vmbwickele den lichtdorn gar wol mit leinen tücherlein / vnd lege dieſe ſalbe ein mal oder drey vber. Etliche binden hundskot darůber / etliche aber tödten eine ſchnecke mit ſaltz / nemen dann daruon den ſchaum / vnd beſchmieren damit ſolchen bůtzel.

Die wartzen zuuertreiben.

Die wartzen aber zuuertreiben an den henden / darzu gebrauchen etliche den ſafft / ſo von angebrandten eychen holtz herfür trieffen thut / damit beſchmieren ſie die wartzen / etliche aber gebrauchen den meerſchaum. Man ſaget auch / das der ſafft aus dem groſſen ſchelkraut wurtzel die wartzen vertreiben ſol. Item die weydenrinden zu aſche gebrandt / mit ſcharffen weineſſig angemacht / vnd darůber gebunden. Oder aber zwiefel mit ſaltz zuſammen geſtoſſen / vnd darůber gebunden / ſol die wartzen vertreiben.

Hælideus, weiland ein fürtrefflicher artzt zu Bononien / der hat mit dem oleo Sulphuris, das iſt ſchwefelöhl / die wartzen vertrieben / wenn er dieſelbe darmit beſtrichen. Etliche brennen ſchwefelkertzlein an / vnd laſſen den ſchwefel auff die wartzen trieffen.

Das XLVII. Capittel.

Von der trunckenheit.

WEr jetziger zeit vnter den leuten handeln vnd wandeln / auch zu den feldtzügen ſich gebrauchen laſſen wil / der muß bißweilen notwendig zu guten freunden zu gaſte gehen / vnd mehr trincken /

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

denn er ertragen / vnd jhm nützlich ſein kan. Demnach wil ich einen kurtzen bericht thun / wie man ſich für der trunckenheit ſol bewahren / Vnd da man truncken worden / was man für hülffe darfür gebrauchen ſol / damit kein ſchade daraus erfolge. Erſtlichen aber von der beſchreibung der trunckenheit den anfang machen.

Die trunckenheit iſt nichts anders / denn eine zerrüttung vnd beraubung der vernunfft / des verſtandes / aller ſinne vnd kreffte / ſo da entſtehet von vberladung mit dem trincken / Ja die trunckenheit iſt eine fürſetzliche vnd bewilligte vnſinnigkeit. Man kan aber ſolcher auff viererley weiſe geübrigt vnd vberhaben ſein.

Was die trunckenheit ſey.

Trunckenheit auff viererley weiſe zu meiden.

Erſtlich / wenn man das trincken meſſig zu ſich nimpt / vnd nicht mehr einſchüttet / denn die natur notwendig ertragen kan.

Zum andern / wenn man ſtarck getrencke meidet / vnd gar geringe bier mit vnter trincket / vnd nicht gantze kannen / gleſer / krauſen vnd becher auff einmal in ſich geuſt / ſondern allgemachſam trincket.

Zum dritten / das man vnter dem zechen ſtets ein wenig mit vnter eſſe / denn dadurch wird das trincken im Magen auffgehalten.

Zum vierden / das man vor der mahlzeit ein trüncklein wermut wein zu ſich nimpt / oder ein 8. oder 9. bitter mandelkern iſſet / oder ein trüncklein milch trincket. Etliche gebrauchen lorberbletterlein / etliche was anders.

Eintzele ſtück die trunckenheit auffzuhalten.

Affricanus in ſeinem Commentlein gibt für / das der / ſo von einer gebratenen verſchnittenen geißbocks zung iſſet / der ſol nicht truncken werden.

Es ſaget Ranzouius, das er auff der bruſt ſtets einen groſſen Ametiſthen trage / ſo aus India gebracht wird /

Amethiſt dienet wider die trunckenheit.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wirdt/ weil derſelbe die trunckenheit auffhalten ſol / wie etliche ſchreiben / vnd nicht zulaſſen/ das die dünſte vnd feuchtigkeitē zu dem gehirn ſteigen/Etliche ſchreibē/man ſol dieſen ſtein vber den nabel legen / ſo ſol er den geruch des weins verhalten / das er nicht ins heupt ſteige / vnd alſo die trunckenheit zertrenne. Vnd Ranzouius ſagt/ es ſey nicht ohn / das er dieſes ſteins krafft wieder die trunckenheit befunden / doch wil er hiermit jederman ſein vrteil vnd gedancken von ſolchen ſachen frey geſtelt haben.

Vberzogene ſtück / ſo die dünſte des weins dempffen.

Alles was von zucker gemacht vñ vberzogen wird/ als Coriander/ Fenchel / Aniskümmel / Mandeln vnd dergleichen / halten die trunckenheit zurücke / vnd drucken die dünſte vnterſich/ſo vom wein vnd vollerey zum heupt ſteigen / vnd benemen den geſchmack vnd krafft des weins.

Erbrechen dz beſte mittel für das vollſauffen.

Da nun jemand truncken worden/ iſt nach der lehr Hippocratis darfür kein beſſer mittel / denn das man ſich erbreche/ oder den leib durchbrüchig mache/ Dann alle kranckheiten / ſo aus vberladung vnd vberfüllung entſtehen/ müſſen durch erbrechen oder purgiren hinweg gebracht werden.

Schlaff ein gut mittel die trunckenheit zuuerzehren.

Es iſt auch an dem / das der ſchlaff alle trunckenheit hinweg nimpt vnd verzehret/darumb wer ſich vbertruncken / ſol ſich zur ruhe vnd ſchlaff begeben / vnd ſo lange ſchlaffen / biß das genen vnd auffrültzen des Magens ſich herbey findet. Dann Galenus bezeuget / das der ſchlaff verkochet / das wachen aber entſcheidet vnnd verdawet. Man ſol aber ſich nicht vhrplötzlichen auff die trunckenheit niederlegen / ſondern man ſol zuuor eine gute ſtunde in dem gemach oder kammer auff vnd ab

Auff trunckenheit ſich nicht baldt nider zu legē.

ſpaciren

ſpaciren gehen vnd wachen / nachmals ſchlaffen gehen/ oder erſtlichen auff einen groſſen ſtul ſitzen / vnd ein wenig nafftzen.

Auicenna der Arabiſche artzt / ſetzt vnd ordnet für die trunckenheit einen ſonderlichen ſafft / welchen zwar Ranzouius nie nicht verſucht / ſondern ſich mit bittern mandeln / Amethiſten/ Confect vnd wolriechenden kalten blumen/ als Roſen/ Violen/ Seeblumen vnd Campffer wieder die trunckenheit geſchützt hat / ſonderlichen wo er der geſundheit halben das erbrechen / wie droben gemeldt/ eingeſtelt. Es wird aber der ſafft Auicennæ alſo zugericht:

Auicennæ ſafft wieder die trunckenheit.

Nemet den ſafft von weiſſem koel / granaten ſafft oder wein/ guten ſcharffen weineſſig/ jedes ij. lot: Dieſe ſol man zuſammen kochen laſſen / biß ein ſafft daraus wird. Was nun einem jeden ſeiner natur nicht zuentgegen / das kan er von jetzt vermeldten ſtücken außleſen vnd gebrauchen.

Diß aber iſt gewiß / das keinem menſchen die trunckenheit nützlichen / ſondern der natur vnd geſundheit gantz vnd gar zuwieder / Darumb menniglich vermahnet ſein ſol / dieſe Peſt / als viel jmmer müglich / vnd freundſchafft halben zu vnterlaſſen / höchlichen zu fliehen vnd zu meiden / aus vrſach / das ſolches die hohe Mayeſtet Gottes ſelbſt verboten / derſelben auch mehr zugehorſamen / denn guter geſellſchafft vnd freunde zugefallen ſich vberladen / vnd jhnen ſelbſt den todt vnd allerley kranckheit daruon zuwege zubringen.

Trunckenheit allen menſchē ſchedlichen / vnd vmb Gottes gebots willen zu meiden.

Das XLVIII. Capittel.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Beſchreibung etlicher eintzeln vnnd zuſammen geſatzten ſtücke / ſo für gifft dienſtlichen.

BIßher iſt gar kürtzlichen durch nützliche Regeln gelert vnd angemeldet worden / wodurch die geſundheit vnd langes leben des menſchen mag erhalten werden. Nun wollen wir auch zum beſchluß dieſes büchleins etliche mittel / ſo für gifft dienſtlichen / mit anhengen.

Speiſe an verdechtigen orten ſol man nicht baldt hinein ſchlingen.

Vnd ſollen demnach alle hohe vnd andere perſonen / die ſich deß vergifftens beſorgen müſſen / ſtets vnd fleiſſig der ſpeiſe vnd des trancks / ſo jhnen fürgetragen wird / warnemen / vnd ehe man ſolche zu munde bringet / darauff ſehen / was dieſelben für einen geruch haben / vnd ſolche zuuor eine gute weile auff der zungen vñ zwiſchen den zeenen tractiren / ehe man ſie hinein ſchlinget / Dann wenn die ſpeiſe vergifftet / vnd alſo lang hin vnd wieder in dem munde geworffen wird / verletzt ſie die kehle vnd ſchlundt.

Man ſol ſich auch hüten für allerley ſpeiſe / ſo einen frembden geſchmack haben / oder von vielen ſtücken vermiſcht ſein / dieſelben nicht baldt zu ſich nemen / Dann gemeiniglich die jenigen / ſo geitzig vnd haſtig eſſen / am erſten mit gifft vergeben werden. Darumb ein jeder / der an ſolchen orten iſt / da er ſich giffts zubefahren / nicht hungerig oder durſtig zur mahlzeit gehen ſol / aus vrſache / das er von wegen der groſſen begierde zur ſpeiſe vnd zum tranck gar leichtlich betrogen werden kan / das man die gifftige materiam weder in eſſen noch trinckẽ vermercken mag.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Wo aber einem je gifft beybracht worden were/ ſol man eilends vnd vnuerzüglichen zu den rechten mitteln greiffen / damit ſich die gifft nicht zum geblůt oder hertzen begebe / Vnter welchen das fürnemſte iſt / die gifft mit vndawen vnd erbrechen außzutreiben / als da geſchicht mit warmen waſſer vnd baumöhl / oder butter/ oder aber waſſer vnd eſſig zuſammen vermiſcht / warmlichen gemacht / vnd getruncken / oder milch mit butter trincken / oder weiſſen hüner oder hanendreck nemen/ denſelben ein wenig röſten / vnd mit wein einnemen/ oder wo kein wein verhanden / mit waſſer kochen / vnd den vergifften zutrincken geben / daruon auch in dieſem fall ein erbrechen erwecket wird. Vnd man ſol darmit anhalten/biß ſo lang man kein frembden geſchmack oder geruch/ auch kein nagen/ beiſſen noch wiederwillen vmb den magen / oder angſt vmb das hertze mehr empfindet/ Im fall derer eins ſich noch vermercken leſt / ſo gibt es andeutung / das noch mehr gifft verhanden.

Was man thun ſol/ weñ einem gifft beybracht worden.

Erbrechwaſſer.

Wenn nun ſolches mit dem erbrechen geſchehen/ ſol man dahin trachten / das der leib flüſſig vnd ſtulfertig gemacht werde / das dann am aller erſten vnd füglichſten mit ſcharffen Clyſtiren geſchehen kan / auff das alſo die vberbleibende gifft / ſo noch im magen oder gederm ſtecket / außgetrieben werde.

Nachmals ſol dem jenigen / ſo gifft bekommen/ein rechtſchaffener guter Theriack j. anderthalb oder ij. qu. darnach die perſon jung / mittelmeſſig oder ſtarck / mit Wegebreitwaſſer/ Cardobenedicten waſſer/ Scabioſen waſſer oder Saurampffer waſſer eingebracht werden. Ich halte gar viel daruon / das man Theriack mit gekochten Enzian oder Lorberwaſſer/ oder mit gekochtem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Scordio, ſo man waſſerknobloch oder waſſerbatengenennet / zertreibe / vnd ſolches der vergifften perſon eingebe / An ſtat des Theriacks kan man gar ſicher alſo viel guten Mithridat / oder der Specierum Diamoſchi einflöſſen.

Wacholderbeer.

Die Reckholder oder Wacholderbeer haben auch vberaus groſſe tugend / die gifft außzutreiben / wo derſelben beerlein etliche zerknitſcht / vnd im trincken mit eingenommen werden.

Knoblauch. Rettich. Schmarragt

Alſo thut auch der Knoblauch vnd Rettich die gifft zubrechen vnd zudempffen. Item die grünen vnd durchſichtigen Schmarragten / ſo dieſelben gar klein pulueriſirt / vnd auff einem reibſteine præparirt / vnd viij. gerſtenkörner ſchwer eingenommen werden / ſo wird der vergiffte wieder geſundt / vnd jhm fallen die haar aus.

Achates.

Wie dann gleicher geſtalt der ſtein Achates, ſo eine farbe hat gleich den lawen haaren / wenn man jhn mit wein einnimpt / iſt er auch gut für gifft.

Weiſſer Agteſtein. Corallen.

Es iſt auch gut / weiſſen Agteſtein / rote Corallen an hals hengen / vnd ſonſten etwas in den henden oder an den armen tragen / das die farbe vnterweilens verendert.

Bieſem. *Ambra.* Krötenſteie. Vrin.

Man findet etliche perſonen / die es gewiß darfür halten / wo man Bieſem / Ambra, oder einen Krötenſtein bey ſich trage / ſo ſol man für gifft gar ſicher ſein / Etliche aber ſagen / das man ſein eigen waſſer oder den harn eines jungen knabens trincken ſol.

Vber das iſt am aller ſicherſten / das man vor allen dingen nüchtern ſolche mittel gebrauche / ſo der gifft widerſtehen / vnd jhr die krafft benemen / als Baldrian wurtzel / eingemachtē Citrinat / Cardobenedicten / Scordien kraut / Oſterlucey / Entzian / Calmuß / Feigen / Rauten /

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ten nüß / jedes beſonders / oder vermiſchet / Item Mithridat / Theriack / die latwerge von Rauten / Feigen vnd Nüſſen zugericht / Holunderbeer muß vnd dergleichen zuſammen geſatzte ſtücke / ſo im folgenden Capittel vermeldet werden.

Etliche ſchreiben / ſo einer gifft empfangen / der ſol vnſeumlichen einen Mauleſel oder j. Pferd laſſen auffſchneiden vnd außweiden / vnd weil es noch heis vnd warm ſey / ſich darein verwickeln / doch das der kopff heraus bleibe / vnd ſo lang darin verharren / biß die gifft nicht mehr vermarckt werde / oder ſich auffs new in ein ander außgeweidet Pferd vernehen laſſen / Diß ſol eine wunderbarliche krafft haben / vnd von des Babſt Alexandri Sexti ſohn Valentino Gorgia für gifft gebrauchet worden / vnd geneſen ſein.

Das XLIX. Capittel.

Ein kurtzer bericht von der Peſt / des Herrn Stadthalters Henrici Ranzouij.

Von der Peſtilentz (welche eigentlich nichts anders iſt / denn eine gegenwertige / gifftige flechtende ſeuche / welche nach geſtalt der ſachen fürnemlich aus vnreiner vergiffter lufft entſtehet) wolte ich wol weitleufftigern bericht thun / wo nicht albereit vieler gelerter ärtzte bücher von ſolcher ſeuche in Druck außgangen / darinnen man in fürfallenden nöten ſich rahts erholen kan / Nichts deſto weniger ſol nach ſolchem kurtzen bericht des herrn Stadthalters Henrici Ranzouij / des hochgelerten herrn Doct. Pontani ſeligē tractetlein (Was die peſtilentz ſey.)

de peſte,

de peſte, ſo er an ſeinen vertrawten guten freund einen geſchrieben/ auch mit angehengt werden/ darinnen man allerhand gnugſamen bericht zufinden.

Vergifften ort zumeiden das fürnemſte mittel der praeſeruation.

Es iſt aber für das erſte zuwiſſen / das zur præſeruation / die gifft zuuermeiden / diß das fürnemſte mittel ſey / wie ſolches einhellig alle fürtreffliche ärtzte bezeugen/ nemlich/das man den vergifften ort flihe vnd meide / vnd der vergifften leute ſich euſern vnd entſchlahen/ auch gute ordentliche erleubte mittel gebrauchen / vnd wer mit gutem gewiſſen vnd ampts halben weichen kan/ das er ſolches bey zeit thue/ vnd nicht bald wieder an den ort komme/ da es geſtorben/ Wie die allgemeinen verßlein lauten:

Drey ſind/ dardurch ein jederman
Der Peſtilentz entflihen kan:
Fleuch bald/ zeuch weit von ſolcher grentz/
Darin regiert die Peſtilentz/
Kom langſam wieder in die Stadt/
Darin ſolch ſeuch regieret hat.

Nachmals iſt auch wieder die Peſtilentziſche gifft ſehr dienſtlichen die hertzſecklein / ſo von gifft zugerichtet werden / deren eins man auff dem hembde / gleich vber dem hertzen an der lincken ſeiten aufflegen vnd ſtets tragen ſoll / wie ſolches Theophraſtus Paracelſus lehret. Es werden aber ſolche gifftſecklein auff mancherley weiſe zugerichtet / wie folget.

Stephanelli vnd Bellocati gifftſecklein.

Erſtlich haben die Welſchen fürtrefflichen Medici, als Stephanellus, Bellocatus, dieſe im gebrauch gehabt vnd heimlich gehalten:

Nemet weiſſen Arſenick / ſouiel zu einem hertzſecklein von nöten / vernehet ſolchen in zindel/ der vierfachtig zu-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

tig zuſammen gelegt ſey/ſolches traget vber dem hertzen/ denn es propter ſimilitudinem ſubſtantiæ die gifft zu ſich zeucht/ ſo von der lufft in das hertz ſich gezogen vnd geſamlet / Vnd iſt an dem / das wo man ſolches gifft-ſecklein auff dem hertzen treget / das bißweilen bleßlein auffſchieſſen / daher abzunemen / das ſolche ſecklein die gifftige materia im hertzē nicht laſſen zunemen/ in dem/ das ſie ſolche von inwendig heraus zur haut zihen.

Iacobi Carpenſis gifftſecklein.

Iacobus Carpenſis der nimpt des weiſſen Arſenici iiij. lot /des roten aber ij. lot/ machet daraus mit tragacanth vnnd eyerweis ein rund küchlein eins fingers dicke / vernehet ſolches in ein leinen tüchlein / dann mit zindel oder karteck vberzogen/ vnd wil haben / das man ſolches nicht vber dem hembde / ſondern auff der bloſen haut tragen ſol / Vnd zeiget weiter an/ das ob wol der weiſſe vnd rote Arſenick/ in leib genommen / tödtlichen ſey / ſo geſchehe doch ſolches nicht von wegen ſeiner heimlichen verborgenen art vnd krafft/ſondern von wegen ſeiner nagenden art/darumb man den Arſenick nicht durchaus mag gifft nennen / Vnd wo er alſo von außwendig auff das hertz gelegt wirdt / hat man eigentlich vnd gewiß erfaren / das er der gifft mit gewalt wiederſtandt gethan hat.

Andere Hertzſecklein.

Zenechdon Theophraſti.

Nemet zubereitte Saphirenen/Schmaragten/Jacinthen/ Rubinen/Corallen weiß vnd rot/jedes j. quent. Saffran ein drittheil eins quentleins/ zubereitte Perlen ein halb quentlein/ weiſſen Arſenick ij. quentlein / guten Ambra vj. gerſtenkörner ſchwer / wolriechende Violwurtzel iiij. quent. gebrandt hirſchhorn j. quentl. roten

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

oder gelben Arſenick j. lot: Dieſe alle ſollen gar klein zu puluer gerieben / vnd in roten karteck oder vierfechtigen zuſammen gelegten zindel vernehet werden / vnd alſo hertzſecklein daraus machen / vnd dann vber dem hertzen ſtets tragen.

Menſchen harn gut für die peſtilentz.

Man findet jhr viel / die jhren eigen harn des morgens trincken / vnd für die Peſt gebrauchen / vnd ſolches nicht vnbillich / denn wir leſen / das ſolch mittel auch Galenus in Syrien zur præſeruation gebraucht. Etliche wolle͂ / man ſol Alandtwurtzel oder Angelicken wurtz / Wacholderbeer oder Lorbern in eſſig weichen / dann in ein büſchlein thun / vnd daran riechen / Jhr viel gehen auch nicht eher aus / ſie haben denn zuuor was geſſen.

Wenn einer die Peſt bekomen / was zu thun ſey.

1. Linde reinigung.

2. Schweiß treibende artzney.

Da nun einer mit dieſer ſeuch beladen / ſol er alßbald ein linde reinigungs träncklein einnemen / auff das der magen vñ die gederm etlicher maſſen gereiniget werden / oder ein fein linde Clyſtir gebrauchen / vnd wo man ſolches gethan / vnd vermercket / das die natur zum ſchweis geneigt / ſol man vnuerzüglichen ein ſchwitzpuluer / guten Theriack / Mithridat oder andere mittel / ſo für ſolche ſeuche geordnet / gebrauchen / Jedoch ſollen ſolche gifft treibende mittel nicht ein mal alleine / auch nicht teglichen vnnd gar zu offt (wie ſolches dann am meiſten geſchicht) genommen werden / ſondern man ſol ſolche alle ſechs ſtunden ein mal gebrauchen. Wenn nun nach dem ſchweis ein knote / beule oder gifftige blatter ſich erzeiget / ſol man nicht weit von dem auffgefahrenen ort etliche blutegel anſetzen / ſonderlichen wenn ſolche an einem beine oder andern vnedlen ort auffgefaren. Jedoch iſt es am beſten / erſtlichen groſſe windköpffe mit vielen flammen / oder ein jung Hun mit dem hindern /

3. Anſetzung der blut egel.

Windköpffe.

dern / oder eine warme Lunge von einem thier etlich mal vberſetzen oder vberlegen.

Ferner ſo ſol ſolche inficirte perſon / von anfang der kranckheit gar nicht ſchlaffen / biß ſo lang er bequeme mittel contra peſtem gebraucht / vnd dieſelbe jhre wirckung gehabt / Denn wo er ſich des ſchlaffs nicht enthelt / ſo hat er nichts gewiſſers / denn das die peſtilentziſche gifft ſich mit dem geblüt vermenget / vnd die principal glieder / als das gehirn / hertz vnd dergleichen erreichet / vnd nachmals den menſchen tödtet.

4. Schlaff im anfang der kranckheit zu meiden.

Es ſol auch ein ſolcher patient dem hertzen vnd allen andern gliedern mit guter ſterckung zuhülffe kom̃en / ſich auch mit ſolcher koſt vnd ſpeiſe / ſo den magen / vnd in ſolcher ſeuch zur Curation dienſtlichen / erquicken. Darneben ſol er ſich mit einem engſtigen gebet in die hende des allmechtigen Gottes befehlen / Alsdenn einen getrewen artzt / ſeinen leib ferner zu curiren / gebrauchen / ſo wird der getrewe Gott ſeine allmacht vnd gnade erzeigen. Es ſol aber auch der artzt an ſeinem müglichen fleis nichts mangeln laſſen / auff das der krancke beydes Gott vnd dem artzte zu dancken.

Hertzſterckung zugebrauchen.

Weil nun in gemein von der Peſt vnd ſchedlichen gifft meldung geſchehen / als wollen wir auch nun ordentlicher weiſe etliche bequeme Antidota, artzney vnd mittel / ſo für ſolche peſtilentziſche gifft gantz nützlichen / anzeigen vnd vermelden.

Erſtlichen des königes Mythridatis berühmbte Latwerge wieder alle gifft / ſonderlichen aber für die Peſt dienſtlichen.

Mythridatis berühmbte latwerge für die gifft.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

PLINIVS der Naturkündiger ſchreibet im 23. buch am 8. Cap. das der Cneus Pompeius (nach dem er den mechtigſten könig Mythridas vberwunden) habe er an einem geheimbten verborgenen ort in einem ſonderlichen gedechtnis büchlein/ ſo er mit ſeiner eigen hand geſchrieben / vnd viel verborgene heimliche ſtück darinnen gehabt / auch dieſes Antidotum gefunden / ſo aus zweyen dürren nüſſen vnd ſo viel feigen / auch zwantzig grüner rautenbletter klein zerſchnitten / darzu ein gerſtenkörnlein ſchwer ſaltz gethan / zu einer Latwergen gemacht / vnd etwas daruon nüchtern eingenommen / ſol den tag vber für gifft bewahren / Vnd da einem auch gleich gifft beybracht were / ſol jhm dieſelbe nicht ſchadẽ. Solche latwerge wird ſonſten auch auff folgende weiſe zugerichtet:

Nemet druckene außgeſchelte nüßkernlein xij. lot/ dürre Feigen viij. lot/ dürre rautenbletterlein j. lot/ ſaltz ij. quentlein: Die feigen ſol man mit den nüſſen vnd rautenblettern gar klein zerhacken oder zerſchneiden/ vnd mit roſenwaſſer oder roſeneſſig / oder ſaurampffer ſafft anfeuchten vnd vermiſchen/ etliche nemen j. lot wacholderbeer darzu / von dieſer latwerge ſol man des morgens nüchtern einer kaſtani groß nemen / ſo iſt man für der Peſt præſeruirt.

Ein köſtlich pülverlein für alle gifft.

Ein herrlich fürtreffliches Experiment vnnd Pülverlein / wieder alle gifft gantz krefftig / von einem alten artzt des Königs in Engelland erfunden.

Nemet Bibenel wurtzel / Ermentil wurtzel / Zimmetrinde / jedes j. lot / Paradißholtz / Wacholderbeer/

Jngwer/

Ingwer/ jedes j. quent. Bißweilen mag man auch darzu thun Cardobenedicten kraut / vnd heiligen geiſt wurtzel/ jedes ein halb quent. Dieſe alle ſubtil gepuluert / in einem ſchechtlein oder bůchslein zum gebrauch verwaret.

Eine herrliche præſeruatif latwerge wieder die Peſt vnd andere kranckheiten mehr/ des Babſts Leonis artztes D. Priſciani de Corduba.

Praeſeruatif latwerge D. Priſciani de Corduba.

Nemet außgebiſſene Zimmetrinde ein halb quentl. Zitwer j. quent. rechtſchaffenen zubereitten Boli Armeni iij. quent. Campffer vij. gerſtenkörner ſchwer/ außgemachte Citronen kernlein/ Saurampffer ſamen/Citronenſchalen / jedes anderthalb quentlein/ Diptan wurtz/ Tormentil wurtz/ Bibenel wurtz/ jedes ein halb quentl. geraſpelt Helffenbein/ Hirſchhertz beinlein j. quent. zubereit gold vnd ſilber/ jedes ein halb drittheil eins quent. zubereite Saphiren/ Rubinen/ Schmaragten/Granaten / jeder ein drittheil eins quentleins. Was zu ſtoſſen iſt / ſol man ſubtil puluern / nachmals alles zuſammen wol vermiſchen / vnd darzu thun roſenzucker / ſaurampfferzucker/ Ochſenzungen zucker / jedes ij. quentl. des beſten weiſſen zuckers j. pfund mit Ochſenzungen vnd Endiuien waſſer zerlaſſen/vnd aus dieſem allen eine latwerge gemacht/ Von dieſer latwerge ſol man vngefehrlich zweyer bonen groß zur præſeruirung gebrauchen. So aber albereit einer die Peſt bekommen hette / der ſol von dieſer latwerge iiij. quentlein mit wein vnnd ſaurampffer waſſer alle tage einmal einnemen. Wieder das ſeitenſtechen aber dienet dieſe latwerge auch/ ſo man iiij. quent. mit einer brüeſafft oder gediſtillirtem waſſer zer-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

treibt vnd einnimpt. Es ſaget Ranzouius, das er vnterweilens zu dieſer latwerge / gepuluerte elendsklawen/ einhorn/ weiſſen Agteſtein / jedes j. quent. gethan habe/ ſo ſey die latwerge deſto krefftiger worden.

Doctoris Iohan. Pontani tractetlein von der peſt.

Folget nun des hochgelerten Herrn Doctoris Iohannis Pontani tractetlein von der Peſt / an einen guten vertrawten freund geſchrieben.

Wie man ſich für der peſtilentz præſeruiren ſol.

Vor das erſte wil ich anzeigen/ wie man ſich für dieſer gemeinen gefehrlichen kranckheit præſeruirẽ ſol. Zum andern / ſo ſie einen angeſtoſſen hat / wie dieſelbe mit hülff des Allmechtigen ſol curirt werden/ Vnd wil in dieſen zweyen ſtücken der fürnemſten/ elteſten vnd gelehrteſten Medicorum placita vnd gute meinung einführen.

Woher die peſtilentz entſtehet.

ERſtlichen / nach dem die Peſtilentz alhier in vnſern landen gemeiniglich von einer gifftigen vnd vnreinen lufft entſpringet / welche nicht von jederman kan gemieden werden / Derhalben wo einer not halben an ſolchen örtern (da die lufft in eine gifftige vnd verderbte art verwandelt) ſein muß / ſol er gleichwol allen höchſten fleis anwenden/das ſolche lufft/ ſonderlichen in den gemachen / darinnen er iſt / corrigirt werde/ denn wie Galenus vnd Auicenna ſchreiben/kan durch ſolche mittel allein peſtis vertrieben werden.

Womit die lufft kan corrigirt werdẽ.

Es ſol aber ſolchẽ correction mit fewer vnd rauch/ von wolriechenden holtz vnd anderer materien / ſo darzu dienſtlichen/geſchehen/als von Wacholdern/Cipreſſen/

ſen / Roſmarien / Eichenlaub etc. ſonderlich wenn des morgens eine dicke / trübe / vnreine lufft verhanden, oder die Sud vnd Weſtwinde hefftig wehen / dann für ſolchen ſich wol zuhüten vnd fürzuſehen iſt / derhalben die gemach vnd ſtuben zu ſolcher zeit / ſo gegen morgen vnd mitternacht gelegen / ſehr nützlich vnd bequem ſein. Es gefelt mir auch ſehr wol der gebrauch an etlichen örtern / da ſie in gemachen / kammern vnd ſtuben / neben den öfen auch ſchorſteine vnd kamin haben / darin ſie baldt ein gut fewer anzünden / auff das ſich alle gifftige dempffe reſoluiren vnd verzehren mögen. Vnd ſolche reinigung vnd rectification der lufft ſol in ſonderheit Winterszeit geſchehen. Im Sommer aber mag man wolriechende blumen vnd kreuter / als Roſen / blawe vnd gelbe Violen / weidenbletter in die gemach ſtrewen / darneben in ein rein gefeß ein guten weineſſig vnd ein wenig Roſenwaſſer gieſſen / ein rein ſchwemlein darein netzen / vnd des morgens wenn es heis iſt / daran riechen. Summa / es ſol aller geſtanck vnnd vnreinigkeit in gemachen vermeidet werden / vnd den exceß vnd böſe verderbte art der lufft (wie angezeigt / vnd weiter vermeldet werden ſol) corrigiren. Denn wie auch Auicenna anzeigt / iſt dem Calori innato nichts ſchrecklichers als ein böſer gifftiger geſtanck.

Gemach oder ſtuben gegen morgen oder mitternacht gelegen / am geſündeſten.

Schorſteine vnd kamin in den gemachē ſehr nützlichē.

Sommers zeit die lufft zucorrigiren.

Gemach rein zuhalten.

Nach dem aber ſolche correction der lufft nicht alle tage geſchehen kan / ſonderlich bey frembden leuten / iſt ſehr nützlich vnd bequem / das einer ein ſolch püſchlein bey ſich trage / vnd wann er außgehet oder verreiſet / ſtets daran rieche / welches auff folgende weiſe kan zugericht werden.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Wolriechend püſchlein / ſtets daran zuriechen.

Nemet rote Roſen j. quent. außgebiſſene Zimmetrinde / wolriechenden gelben ſandel / paradiß holtz / wolriechend Benzoi / jedes ein halb qu. der küchlein Galliæ moſchatæ veræ genandt ein halb drittheil des quentl. Campffer ij. gerſtenkörner ſchwer / die roſen mit einer ſcheren zerſchnitten / die andern ſtück aber gröblichen zerſtoſſen / in roten zindel gethan / vnd ein püſchlein daraus gemacht. Das geſinde vnd kinder ſollen friſche reine raute nemen / wol zerſtoſſen / vñ ein guten weineſſig darüber gieſſen / dann die raute wol außdrucken / ein rein tüchlein oder ſchwemlein darein netzen / vnd daran riechen. Man kan auch wol dergleichen andere wolriechende waſſer gebrauchen / wie denn etliche ein wenig rauteneſſig vnter Theriack miſchen / vnd wenn ſie außgehen wollen / die naſe darmit beſtreichen.

Woran das geſinde vnd kinder riechen ſollen.

Ein ander wolriechend waſſer.

Wolriechent waſſer.

Nemet deß beſten roſen waſſers ein halb nöſſel / des beſten roſen eſſigs ij. löffel voll / guten Maluaſier iiij. löffel voll / außgebiſſene Zimmetrinde / Paradiß holtz / wolriechend Benzoi, gelben Sandel / jedes ein halb quent. aus der Apoteck Spec. Diamuſci dulcis genant ein halb drittheil eins quentl. Galliæ moſchatæ veræ ein drittheil eins quentleins / Campffer iij. gerſtenkörner ſchwer / die Zimmet / Paradißholtz / Sandel vnd Benzoi ſol gröblich zerſtoſſen / vnd in ein gleßlein gethan werden / zuſampt den andern ſtücken / dann das roſenwaſſer / roſeneſſig vnd Maluaſier darüber gieſſen / ſolches dann zum teglichen gebrauch wol verwahren. Vnd in ſolchen leufften halte ich / das die olea / derer ich zum teil auch gemacht / als das oleum Cinamomi,

Olea Chymica.

Muſcatæ,

Muſcatæ, Gario Phyllorum vnd dergleichen / ein kreff⸗tig ding ſey / des morgens ein tröpfflein daruon in die naſe geſtrichen / vnd auff die zung genommen / dann ſie die ſpiritus gewaltig purificiren vnnd reſtauriren / die membra principalia confortiren / vnd darneben alſo corrigiren / das ſie nicht leichtlich eine impreſſion fahen mögen. Vor allen aber / wo ich der Angelica gnugſam haben köndte / wolte ich daraus ein oleum extrahiren / vnd nicht zweiffeln / das es ein ſonderlich præſeruatiuum in corrupto & infecto aëre ſein ſolte. *Angelicken öl ein ſonderlich præſeruatiuum.*

In gemachen vnd ſtuben zu reuchern iſt kein lieblicher noch dienſtlicher geruch / denn von nachfolgenden trochiſcis ein rauch gemacht: *Wolriechende rauchküchlein.*

Nemet Paradiß holtz klein geſtoſſen / gepuluert Ladani, jedes j. quent. des wolriechenden Benzoi ij. quent. Storacis Calamitæ ein halb quentl. zucker Candit iiij. lot: Dieſe alle zuſammen mit wolriechenden roſenwaſſer zu einem teig angeſtoſſen / vnd dann daraus kleine rauchküchlein gemacht.

Weiter / dieweil viel daran gelegen / das der leib gereiniget ſey von allem vberfluß / ſo von übrigem eſſen vnd trincken / oder vnordentlichem leben geſamlet / dardurch vrſach zur putrefaction vñ folgender infection gegeben wird / dann die corpora impura & putrida fahen ſolche gifft gar bald / wie ein zunder das fewer aufffenget / vnd folgen auch daraus gemeiniglich alle febres peſtilentiales, Darumb aller vberfluß vnd putrefaction zuuermeiden / vnd mit eſſen vnd trincken auff folgende weiſe ordnung zu halten. *Den leib in peſtilentz zeiten zureinigẽ.*

Erſtlich ſol man ſich befleiſſigen / vnd gute geſunde ſpeiſe / die der putrefaction mit reſiſtiren / vnd nicht *Diæta.*

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

leichtlich corrumpirt werden mögen / gebrauchen. Man ſol ſich aber zu dieſer zeit nicht vberladen / ſondern auff ein mal wenig / vnd offt eſſen / vnd fein mit luſt anfahen vnd auffhören. Das Rindt vnnd kuefleiſch iſt in ſolchen leufften verboten / ſonderlich wenn es ſehr grob/ alt/ gereuchert vnd eingeſaltzen iſt/wie denn auch gereucherte / eingeſaltzene vnd ſehr feiſte fiſche zumeiden ſind/ dann ſie ein grob vnd vnrein geblůt verurſachen / So iſt auch das / was gemeſtet vnd incarcerirt wird / gar nicht dienſtlichen. Dargegen ſol man gebrauchen gut jung kalbfleiſch/junge lemmer/ſchöpſſe/ junge Cappaunen / hůner / junge haſen / allerley waldtvogel / außgenommen die an waſſern vnd bächen ſich enthalten/ vnd jhre nahrung daſelbſt ſuchen / darumb auch die Enten vnd Genſe nicht aller dings dienſtlichen. Von fiſchen aber ſol man gebrauchen / ſo in friſchflieſſenden waſſern gefangen werden / vnd ſchupen haben/als hechte/ perſe/ kaulperſe / ſchmerle/ ſo zuuor mit gutem weineſſig abgeſotten. Es ſollen auch ſonſten alle andere ſpeiſen mit gutem eſſig ſewerlich gemacht / vnd bißweilen mit Saffran vnd Zimmetrinde zugerichtet werden / dann ſolche koſt in ſterbens zeit ſehr dienſtlichen. Auff dieſe weiſe mag man auch feine Condimenta mit eſſig vnd ſaurampffer ſafft / oder den ſafft von trifolio acetoſo, ſo man ſonſten kuckusklee vnd buchampffer nennet/zurichten / vnd neben dem gebratnus vnd andern ſpeiſen gebrauchen. Wo man aber winterszeit ſolche nicht bekommen kan / ſol diß puluer oder triſineth an deſſen ſtat zugericht vnd gebraucht werden.

Sawerliche ſpeiſe in ſterbenszeit nützlichen.

Buchampffer zur eintauch nützlichen.

Triſineth zur ſpeiſe Winters zeit ſehr nützlichen.

Nemet gute außgebiſſene Zimmetrinde ij. lot / kramerneglein/Cardomömlein/ Paradißkörner/ jedes j. q.

Tormen-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Tormentill wurtzel ein halb quent. Saffran zwey drit-
teil eins quent. geraſpelt Einhorn ein drittheil des quent.
ſchönen weiſſen zucker ij. lot vnd iiij. quent. aus dieſem
allen ein triſineth gemacht / zu dieſem puluer ſol man
auch guten wein gieſſen/ vnd wie oben gemeldt/gebrau-
chen.

Das brod ſol von gutem weitzenmeel mit lauterm brunnwaſſer eingeſewert/zimlich geſaltzen vnd gebacken werden/ vnd were ſehr gut vnd nützlichen / das der ofen mit gutem eychen holtz oder wacholderſtreuchen geheitzt würde / wie ich denn in monte peſſulano geſehen / das ſie von den edelſten kreutern jhre backöfen heitzen. So es aber von gerſtenmeel / mag man es deſto geſtrenger ſaltzen/ auch ein wenig zerknirſchten Anis ſamen darunter mengen. Diß ziehe ich darumb ein wenig weitleufftig an / dieweil nicht wenig an der bereitung des brods / ſo die gemeineſte ſpeiſe iſt/ gelegen. Was aber andere ſpeiſe belanget / iſt faſt alle vnbequem / wie dann auch der keſe vnd rohe obſt ſehr ſchedlichen / ſo in ſolcher corrumpirten lufft gewachſen / welche dann Rhaſis vor allen dingen verbeut. Da man aber friſche Pomerantzen/Limonien / Citronen vnd Granatöpffel haben könte / dieſelbe ſind außbündig gut zu ſolchen zeiten zugebrauchen/ wie denn auch die ſauren kirſchen vnd Johannes beerlein / Etliche haben auch dieſen gebrauch / das ſie in der peſtilentz viel ſcharffer kreuter eſſen / als ſenff / zwiefel/ knoblauch vnd dergleichen. Wiewol mir aber wol bewuſt / das etliche den knoblauch ſehr loben / ſo halte ich doch darfür/ das derſelbe nicht ſehr dienſtlichen ſey/ deñ er ein ſcharff verbrandt geblüt macht/vnd die ebullitionem ſanguiuis ſehr befördert/dauon ſich dann viel böſe

Brod.

Was zu dieſer zeit ſchedlichen / vnnd dargegen dienſtlichen.

Was von knoblauch vñ andern ſcharffen kreutern in peſtilentz zeiten zuhalten.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Salat vnnd ſaurampffer in Peſtilentz zeiten nützlich zugebrauchen.

vnartige geſchwer pflegen zuerheben. Es mag auch zu dieſer zeit Salat / Saurampffer / Borragen blumen (wo ferne ſolche kreuter nicht in vergiffter lufft geſtanden) mit reinem öhl oder guter Meyenbutter vnd eſſig genützt werden / ſonſt ſol man faſt alle öhl meiden/ ſo wol auch was mit viel honig wird zugerichtet.

Honig vnnd was darmit wird zugericht ſchedlichen.

Was zugebrauchen / ſo der gifft wiederſtehet.

Im anfang der mahlzeit ſollen die jungen leute ein oder zwo friſche laubfeigen vnd eine welſche nuß/mit etlichen rautenblettern eſſen / dienet auch wol für die erwachſenen/vnd wird ſehr von den alten Medicis gelobt/ denn alſo ſaget Dioſcorides in cap. de ruta. Folia rutæ, per ſe aut cum nuce iuglande aridiſq; ficis præſumta, inefficaces venenorum reddunt vires.

Bier.

Das getrenck belangende/ iſt erſtlichen ein gut rein haußbierlein gantz dienſtlichen / man mag auch wol ein fein rein landweinlein trincken / aber grobe / hitzige vnd ſüſſe wein ſol man meiden. Vnd diß ſey von eſſen vnnd trincken in kürtz gnugſam.

Landwein.

Meſſige übung nicht zu vnterlaſſen.

Hierneben iſt zumercken / das die moderata exercitia vnd übunge in keinem wege zu ſolcher zeit nachbleiben ſolle / doch das ſolche an gelegenen orten vnd zu bequemer zeit geſchehen / dann ſie viel guts ſchaffen vnd ſehr dienſtlich ſeind die natürliche hitze zuſtercken / vnd actiones naturales zu roboriren / die ſuperperfluas humiditates zu reſoluiren / dauon Galenus vnd Auicenna melden / daher denn auch Rhaſis der feine vnnd verſtendige Araber meldet / wie das ein mal alle leute deſſelben orts an der peſtilentz geſtorben / biß auff die jenigen/ ſo ſtets gejagt vnd gearbeitet haben.

Schlaff.

Mit dem ſchlaff ſol es alſo gehalten werden / das man in einer geraumen kammer ſchlaffe / da nichts ſtincken-

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ckendes oder faules innen ſey / vnd wie droben ange-
zeigt/ mit fewer oder wolriechendem holtz darinnen reu-
chern. Man ſol auch dem ſchlaff abbrechen / vnd den
mittags ſchlaff / ſo bald auffs eſſen geſchicht / meiden.
Es ſol auch des morgens zu gewönlicher zeit die natür-
lichen reinigung vnd ſtulgeng nicht verbleiben. Letzli- Stulgeng.
chen ſol auch gute maß in ehelichen wercken obſeruirt
vnd gehalten werden/ denn der vnordentliche vnd vber- Ehliche wer-
flüſſige gebrauch derſelben ſehr diſponirt ad peſtem. cke.
Darneben ſeind ſehr ſchedlichen groſſe bewegung des
gemüts/ fürnemlich zorn/ ſchrecken/ forcht/trawrigkeit/ Bewegung
dann ſie in ſolcher zeit wunderbarlicher weiſe die humo- des gemüts.
res commouiren / vnd ſeltzame impreſſiones vnd ima-
ginationes induciren können/ Derwegen man ſich auff
ehrliche vnd zimliche frewde befleiſſigen ſol/ wenn ſolche
contagia graſſiren.

Zum beſchluß / wer vor dieſer kranckheit frey vnnd
præſeruiret ſein wil / der muß ſich alſo / wie angezeigt/
verhalten/ vnd ein gut ordentlich Regimen / nach dieſer
kurtzen inſtruction Hippocratis, anfahen / Labor, po-
tus, cibus, ſomnus, motus, omnia mediocria, welche
ſo es zu andern zeiten von nöten / viel mehr zu ſolchen
zeiten zuhalten ſein wollen / wenn die lufft corrumpirt
iſt / Denn alſo ſagt Aëtius : Quare ſi quis moderatis
laboribus, & victu moderato & caſtigato vtatur, per
totum illæſus permanet. Vnd wie Galenus weiter
anzeigt / ſo kan keine cauſa ſine corporis aptitudine
etwas außrichten. Vnnd wie die alten geſagt haben:
Agens non agit, niſi patiente prædiſpoſito, nun-
quam enim fit impreſſio in aliquo aut paſſio, niſi ſit

 paſſum

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

paſſum aut ſubiectum diſpoſitum pro receptione talis impreſſionis.

Den leib in Peſtilentz zeiten von allem vberflus zu reinigen.

Folgends aber / nach dem ſolche ordentliche vnnd vnſchedliche diæta gehalten wird / iſt darneben von nöten / vnd daran viel gelegen / das der leib offen/ rein gehalten / der vberflus außgeführt vnd nicht verſtopfft werde / Sollen demnach die gemeinen Peſtilentz pillen oder dergleichen in ſtetigem gebrauch ſein / vnd mögen jungen leuten vnd kindern in der wochen zwey oder drey mal / nach gelegenheit der perſon / eine ſtunde vor dem abendeſſen / ohn alle gefahr gegeben werden / denn die kinder gemeiniglich eine vnordentliche Diætam halten/ vnd viel vberfluſſes ſamlen / auch ſehr offt die würm bekommen / derwegen ſie in ſolchen leufften von den Peſtilentz pillen 4. oder 5. es ſey warm oder kalt / gebrauchen ſollen / wie dann die nachfolgenden auch ſehr dienſtlichen ſein.

Kinder in peſtilentz zeiten voller würm.

Pillen für die würm der kinder.

Nemet Entzian wurtzel / kleintauſentgülden / des beſten Aloës, Agarici, jedes ein halb quentl. Neglein/ ſchwartzen Coriander/wurmſamen/Aniß/jedes ein drittheil des quent. gebrandt hirſchhorn / rote roſen / ſaurampffer ſamen / perlen / jedes ein halb drittheil eins qu. Dieſe alle ſol man gar klein vnd ſubtil puluern/ oder ein jedes allein gepuluert nemen / wol zuſammen miſchen/ vnd mit dem ſafft von friſchen Limonien oder Pomerantzen / auch mit ſcharffem weineſſig vnd roſenwaſſer/ jedes gleich viel anfeuchten / vnd dann wieder trucken laſſen werden/ das ſol man ſieben mal thun/ vnd letzlich darunter miſchen ſieben gerſtenkörner ſchwer geſtoſſenen ſaffran/Ambræ, Bieſem/ jedes ij. gerſtenkörner ſchwer/ dann daraus mit Zitrinat ſafft einen teigk machen / vnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

von dieſem teige als dann pillen formiren / aller geſtalt
wie die peſtilentzpillen zuſein pflegen/vnd dann wie dro=
ben gemeldet/ gebrauchen.

Junge geſellen/ jungfrawen/ erwachſene vnd blut=
reiche perſonen ſollen in keinem wege das aderlaſſen ver=
ſeumen / ſondern ein mal oder zwey / jetzt die Median /
jetzt die Leber ader zu gelegener zeit ſchlahen / vnd zimli=
chen lauffen laſſen / es were dann ſach / das etliche cir=
cumſtantien ſolches hinderten / als das ſie jung / zu
ſchwach oder ſchwanger weren / oder per conſuetum
fluxum menſtruorũ Hæmorroidarum gnugſam pur=
giert würden. Alten erwachſenen leuten ſind außbün=
dig gut ad præſeruandum nachbeſchriebene pillen:

Junge leute zur praeſeruation zur adern zu laſſẽ.

Was die aderlas hindert.

Nemet des gelben vnd beſten Aloepatick iij. quent.
außerleſene Myrrhen/ Saffran / der beſten Rhabarba=
ra / jedes j. quent. guten Agarici j. quent. kramer Neg=
lein/ Jndianiſche Spica, jedes ein halb drittheil eins q.
Citrinat ſchalen ein halb quent. außgeholten Citronen
ſamen ein halb drittheil eins quentl. Ermentill wurtzel
ein drittheil eins quentl. wolriechenden roten Sandel
zwey drittheil eins quent. guten Boli armeni anderthalb
quentl. Campffer ein gerſtenkorn ſchwer / vnd mit dem
Syrupo acetoſitatis Citri ein teig daraus gemacht /
vnd pillen formiret/ ſolcher pillen mag man auff einmal
13. ein halb oder gantz quentlein / nach eins jeden alter
vnd gelegenheit gebrauchen.

Pillen.

Da man auch einen rechtſchaffenen guten theriack
oder Methridat haben kan/ ſol man bißweilen des mor=
gens nüchtern ein wenig daruon nemen/ dann kaum ei=
ne beſſere artzney zur præſeruation mag gefunden wer=
den / wie Galenus ſelbſt bezeuget. Vnd zum vberfluß
mag

Rechtſchaffener Theriack vnd Mithridat zur praeſeruation am bequembſten.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

mag man auch wol bißweilen von nachbeſchriebenen küchlein ad præſeruandum eins oder zwey gebrauchen/ denn ſie ſehr köſtlich vnd dienſtlich ſeind.

Küchlein zur praeſeruation.

Nemet Entzian wurtzel / Alandtwurtzel / jeder iij. quent. dieſe ſol man zuſammen 6. ſtunden lang in guten roſeneſſig einweichen / dann wieder laſſen trucken werden/ vnd denn folgende ſtück darzu thun / als Tormentil wurtzel/ Zitwer / gems wurtzel / jedes anderthalb qu. guten Diptam ij. quent. Cardobenedicten ſamen/ saurampffer ſamen/ Citronen kern/ jedes j. q. rote zubereitte Corallen/ weiſſen Agteſtein/ weiſſe zubereitte Corallen/ Hirſchhertz beinlein / jedes ein halb quentl. der ſpecies aus der Apotecken/lætitiæ Galeni genandt/Jtem Diamargaritonis frigidi / jeder ij. drittheil eins quent. des rechten Boli armeni x. quentl. guten weiſſen Zucker ij. pfund / den zucker ſol man mit gnugſamen ſaurampffer waſſer/ Teuffels appis waſſer/ Cardobenedicten waſſer vnd roſenwaſſer/ jedes gleich viel/ zergehen laſſen / vnd dann daraus küchlein gieſſen.

Was in mund zunemen / wenn man außgehet.

Wenn man vnter die leute gehen wil / ſol man in mund nemen ein ſtücklein Zitwer/Angelicken/Tormentill oder Oſterlucey/ Dergleichen mag auch das geſinde vnd junge heufflein des morgens eine gute friſche butter mit brod / oder ein fünff oder ſechs bletlein ſaurampffer eſſen/ Vnd das ich für ein geheimnis vnd trefflich præſeruatiuum halte / ſol das geſinde vnnd kinder von der Peſtilentz wurtzel nemen/ Vnd letzlich des morgens/ ehe ſie außgehen / von dieſer latwerge einer kaſtanien groß nemen.

Peſtilentz wurtzel.

Praeſeruatif latwerge für das geſinde vnd kinder.

Nemet friſche Marſilier feigen j. pfund / Welſche nüſſe/ſo von den gelben ſchalen gereiniget iiij.lot/ friſche

Rauten-

Rautenbletter ij. lot/möget auch wol ein wenig wachol=
derbeer darzu thun / Solches alles zuſammen in einem
mörſel ſtoſſen/denn Johannes beerlein ſafft vnd ein we-
nig weineſſig darzu thun/ vnd daraus eine latwerge ma=
chen. Diß ſey alſo vom erſten / die præſeruation be-
langende / gnugſam.

CVRA.

VOn dem andern theil / welches iſt die
Curation/ wil ich nicht weitleufftig handeln/denn ſonſt — Hülffmittel
viel feiner Proceß verhanden / Auch wo man ſich mit — wieder die pe-
der præſeruation recht helt / iſt allzeit beſſer vnd gewiſſer — ſtilentz. „
præſeruirt dann curirt / Doch aus ſchickung des All= „
mechtigen/ ſo einen die peſtilentz angreifft/ welches man „
alſo erkennen kan / ſo einem plötzlich ein läſſigkeit aller — Wobey zuer-
glieder ankompt / deßgleichen ſchauder oder hitz / heupt= — kennen / das
wehe/ ein vngewöhnlich brechen oder ſpeyen/ plötzlicher — ein menſch
ſchlaff / trawrigkeit oder ſchwermut des gemüts/ bang= — inficirt ſey.
igkeit des hertzens / ſol man alß bald allen fleis vorwen=
den / das durch ein ſuppoſitorium, wo nicht von ſich
ſelbſt/ oder durch nachfolgendes Clyſtir ein ſtulgang zu= — 1.
wege bracht werde. — Eröffnung des leibes.

Nemet Pappelkraut / Bingelkraut / glaßkraut/ ſo — Stulzepflein. Clyſtir.
man ſonſten tag vnd nacht nennet/blau Viol kraut/ je=
des anderthalb hand voll / Camomillen blümlein ein
halbe hand voll / kleyen ſo viel man mit vier fingern er=
halten kan/ gerſtengrauppen auch ſo viel/ Dieſe alle mit
drey nöſſel waſſer biß auff ein gut nöſſel wol einkochen
laſſen/ dann durch ein tüchlein ſeihen / vnd mit der brüe
zertreiben / ſchwartzen Thomas zucker / außgezogene

 Caſſia,

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Caſſia, jedes ij. lot / vnd wenn es im Sommer / darzu thun blau viol öhl iiij. oder vj. lot / im Winter aber ſol man gemein baumöhl nemen / auch zur Caſſia thun iiij. quentl. der bittern latwerge Hieræ genandt / vnd dann auch eine gute meſſerſpitze voll ſaltz klein zerrieben / ſo iſt das Clyſtir fertig. Wenn ſolches geſchehen / ſol der
2. Aderlaß. krancke von ſtund an / es ſey bey tag oder nacht / die Median ader am rechten arm ſchlahen / vnd zimlich lauffen laſſen / dann vber eine ſtunde darnach mit iiij. lot ſaurampffer waſſer / wo aber wehtagen des heupts verhanden / Bethonien oder Roſenwaſſer / wo man aber vmb
3. Gifftlatwerge. die bruſt beſchwerung befindet / Borragen vnd ſaurampffer waſſer / ein halb / j. oder anderthalb quent. nach eines jeden alter vnd ſtercke / der nachfolgenden latwerge zertreiben / vnd warm zu ſich nemen / darauff von ſtund an ſich in ein gewermt bette legen / wol zudecken / vnd eines ſchweiſſes erwarten / ſich dann mit warmen tüchern wider abtrucken laſſen. Da aber jemand / ehe ein ſchweis keme / dieſen tranck von ſich brechen würde / der ſol jhn zum andern mal trincken / Vnd wo er abermal von jhm gehet / ſol er jhn zum dritten mal nemen / Vnd wo er als dann nicht bey jhm bleiben würde / ſo iſt nichts guts mehr zuhoffen / denn daraus vermerckt werden kan / das die gifft das hertz gantz vnd gar eingenommen. So aber dieſer tranck bey einem bleibt / vnd wol darauff ſchwitzt / ſo iſt keine ſonderliche gefehrligkeit des todes mehr verhanden. So iſt auch die reibung mit warmen tüchern ſehr bequem vnd gut / Denn nachdem etliche / von wegen des ſteten auffſteigens der giffrigen dünſte zun heupt vñ hertzen / gar keine ruhe haben / etliche aber gar raſend werden / können ſolche reibung die dünſte vnterſich zihen.

Da ſichs

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Da ſichs auch leiden wolte / vnd die franckheit ſo
viel inducias geben/vnd der leib ſehr vnrein ſein würde/
der möchte zuuor / ehe er die latwerge mit den waſſern
gebrauchte/ ein linde purgatzlein zu ſich nemen / als gu-
te Rhabarbara in Endiuienwaſſer geweicht, Sommers
zeit wenn es heis vnd die gall vberhand genommen het-
te / Wo aber ein ſchleuniger vnd Phlegmatiſcher vber-
flus mit eim fieber verhanden / möchte ein rechtſchaffe-
ner Agaricus in Scabioſen waſſer infundirt/ vnd win-
ters zeit gebraucht werden. Im Herbſt aber / wenn die
Melancholia redundirt / möchte man eine gute decocti-
on ſeu potio ex foliculis ſenæ, floribus cordialibus
&c. gebrauchen. Wo aber ſolche reinigung durch die
Medicamenta ſich nicht leiden wolte/ſol bald nach dem
aderlaſſen mit der latwerge procedirt werden. Vnd ſo
ein geſchwür vnnd peule hinder den ohren auffführ / ſol
von ſtund an auff derſelben ſeiten zur adern gelaſſen wer-
den/ So es aber vnter den achſeln geſchehe/ ſol man die
Median an demſelben arm eröffnen/Wo es aber an eim
bein/ die brandt oder frewen ader ſchlahen laſſen. Sol-
ches iſt nun mit dem aderlaſſen in der peſtilentz wol zu-
mercken/ dann wo einem die ader an dem ort da die peu-
le auffgefahren / nicht eröffnet wirdt / ſo tritt die gifft
noch mehr vnd hefftiger zum hertzen vnd leber / dann
das ſie daruon kommen ſolte / derhalben auch darnach
kein artzt mehr helffen kan. Vnd ſo einer erſchrocken
were / das man jhm keine ader finden köndte / oder ſon-
ſten nicht gehen wolte / dem ſol man köpffe ſetzen / vnd
ſo das geſchwür hinder den ohren auffgefahren/ſol man
die köpff hinden auff den hals ſetzen / Da es aber vnter
der achſel / ſol man die köpff auff die ſchultern ſetzen /

Wenn die reinigung mit den medicamentis anzuſtellen.

Aderlaß klüglichen anzuſtellen.

An ſtat der aderlaß köpff zu ſetzen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Oder ſo es am beine / ſol man ſie auff daſſelbe bein ſe-tzen / vnd die latwerge gebrauchen / vnd ſo man daruon vber den andern oder dritten tag des morgens nüchtern einer arbeis groß iſſet / præſeruirt ſie ſehr wol / vnd wird alſo zugerichtet.

Gifftlatwerge D. Pontani.

Nemet außerleſene rote Myrrhen / Saffran / jedes ein halb quent. Hirſchhertz creutzlein ein drittheil eins quent. gebrandt hirſchhorn in roſenwaſſer außgeleſcht j. quentl. Diptam wurtzel / Tormentill wurtz / Bibenel wurtzel / Cardobenedicten ſamen / jeder j. quent. Zitwer anderthalb quent. guten weiſſen Jngwer ij. quent. Dieſe alle ſol man gar klein puluern / dann darzu thun Campffer zwey drittheil eins quent. des beſten Theriacks vñ Mithridats jedes vj. lot / ſolche zuſammen mit folgenden Aqua vitæ, wenn das ſterben im winter iſt / anfeuchten vnd vermiſchen / Da es aber im Sommer / mit dem Syrupo Acetoſitatis Citri aus der Apotecken zu einer Latwerge machen.

Aqua vitæ zur Peſtilentz latwerge.

Nemet kramer neglein / langen Pfeffer / Paradißkörner / jedes vj. quent. Muſcatennuß iiij. quent. Paradißholtz iij. quentl. Dieſe alle gröblichen zerſtoſſen / vnd mit gutem Reiniſchen brandte wein / ſo fünff mal abgezogen worden / acht tage lang in der erweichung ſtehen laſſen / nachmals in Balneo Mariæ diſtilliren / dann nemen weiſſen Diptam oder aſchen wurtzel / guten Zitwer / friſchen Entzian / Cardobenedicten / Angelica / jedes iiij. quent. gelben vnd weiſſen Sandel / jedes ij. quent. des beſten Theriacks vnd Mithridats / jedes vj. quentlein /

Bieſem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Bieſem v. gerſtenkörner ſchwer / ſolche ſtück ſol man auch mit dem vorigen Aqua vitæ zween tage lang einbeitzen / dann diſtilliren / ſo iſt es fertig.

Es iſt aber ſehr nützlich vnd nötig / das man ſich zuuor (wie allbereit gedacht / vnd darzu mittel verordnet worden) in ſolchen leufften wol purgire / den vberfluß vnd die ſeminaria putrefactionis ausfege / man mag auch wol an ſtat der Latwerge einen rechtſchaffenen guten Theriack j. quentl. ſchwer / cum ſpecierum liberantis, vnd mit gutem Saurampffer waſſer / Scabioſen / Borragen oder dergleichen waſſer einnemen / oder nachfolgendes puluer gebrauchen. Guter Theriack.

Nemet zucker Candit iij. lot / guten weiſſen Jngwer ij. lot / Campffer iiij. quentl. Dieſe alle ſubtil gepuluert / vnd zuſammen gemiſcht. Da nun einem die peſt mit hitz anſties / ſol man jhm von dieſem puluer eins Reiniſchen gülden ſchwer mit ſaurampffer waſſer eingeben / Wo aber mit froſt / mit ein wenig wein vnd roſenwaſſer / vnd darauff ſchwitzen / Wenn nun ſolches geſchehen / vnd man ſich wieder hat abtreugen laſſen / ſol man ſich im gemach fein warm jnnen halten / vnd die kalte lufft meiden / Dañ vber drey oder vier ſtunden nach dem ſchweis ein gut hüner brüelein mit Limonien gekocht / vnd ein wenig ſaurampffer oder roſenwaſſer daran gieſſen / trincken. Vnd wo nach dieſem allen noch etwas von der gifftigen materien were vberblieben / ſol der krancke von den pillen / ſo droben verordnet / etwan 7. 9. oder 11. darnach er bey krefften / zu ſich nemen / vnd dann folgends etliche morgen von einem guten Syrupo Acetoſitatis Citri, mit Cardobenedicten waſſer / ſaurampffer / oder roſenwaſſer vermiſcht gebrauchen / oder von nach-

Gifftpuluer Pontani.

Nach dem ſchweis eine hünerbrüe zu gebrauchen.

Pillen.

Sawer Citronen ſafft.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

verzeichneter Stercklatwerge / damit die übrige gifftige hitz gedempfft / das hertz vnd fürnemſte glieder wieder geſterckt werden / einnemen.

Stercklatwerge.

Nemet Borragen zucker / Ochſenzungen zucker / Roſen zucker / jedes ij. lot / blau viol zucker / der fünff edel geſteine zubereit / Paradißholtz / Specierum liberantis, Diarrhodon abbatis, jedes ein halb quentlein / Zitwer ein drittheil eins quent. zubereitten Boli armeni veri ein halb quentlein: Dieſe alle mit ſaurem Citronen ſafft / ſouiel darzu von nöten / zu einer latwerge gemacht.

Welche Apoſtem tödtlich oder gefehrlichen.

Es iſt auch gut / das man achtung gebe auff die Apoſtemata, ob dieſelben rötlich oder gelb / auch balde vnd ſchnell zunemen oder wachſen / dann wenn daſſelbe geſchicht / iſt es ein gut zeichen. Wo aber die geſchwer ſchwartz oder dunckelbraun / iſt groſſe gefahr darbey / dann ſolche gar eine böſe gifftige art haben. Darumb ſol man bald ſolche mittel gebrauchen / ſo die gifft außzihen / aber nicht ſehr külen vnd repercutiren / ſonſt würde die gifft durch die Venas vnnd Arterias nach dem hertzen wieder getrieben / Derhalben mag man erſt die pflaſter / ſo von vielen gelobt / aufflegen.

Kalte ding nicht auff die geſchwür zulegen.

Dienſtliche pflaſter.

Nemet eine groſſe grobe zwiefel / hölet ſie aus / vnd füllet ſie mit einem guten theriack / vnd macht ſie dann wiederumb mit dem das heraus genommen / zu / wickelt es dann in ein wergk / ſcharret es in heiſſe aſchen / laſt es braten / nemet es dann wieder heraus / zerſtoſſet es / vnd legets auff als ein pflaſter / das thut ſo offt / biß die gifft außgezogen iſt. Oder nemet eine junge ſchwartze henne / rauffet die federn vom ſchwantz aus / vnd reibet den hindern mit ſaltz / haltet ſie dann mit dem hindern auff das Apoſtem / vnd druckt der hennen den ſchnabel zu / ſo

Schwartze Henne.

zeucht

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

zeucht ſie die gifft zu ſich / Wenn nun ſolche henne tod iſt / ſo nemet wieder eine andere / vnd thut gleich alſo / wie mit der erſten / vnd gebt darneben achtung / ob die gifft alle heraus ſey / denn ſo lang die henne lebendig bleibet / iſt noch gifft verhanden. Es wird auch von berühmten ärtzten nachfolgendes ſehr gepreiſet / welches ich dann von einem gewaltigen Chirurgo ſelbſt brauchen ſehen / nicht allein in dieſen / ſondern auch in allen fellen / Er nam eine groſſe dicke lebendige kröte / ſtach ſie durch die vnterſte lefftze / vnd nicht durch den leib / damit jhr nicht das blut entgieng / lies ſie alſo an der lufft etliche tage wol außdorren / vnd verwaret ſie / Wenn er ſie nun in der peſtilentz brauchen wolte / legete er ſie 8. ſtunden in einen guten weineſſig / das ſie fein dick wieder auffquall / bandt ſie dann alſo auff das Apoſtem / ſolches zog die gifft gewaltig vnd geſchwinde heraus. Wenn er auch gewahr ward / das die krancken hefftig blutten / nam er die gedörte kröte / wickelt vnd vernehet ſie in ein rot ſeiden tüchlein / bandt ſie auff den ſchaden oder vnter die achſeln / das ſie erwarmet / ſtellet von ſtund an das blut / die krancken aber wuſten nicht / was im tüchlein war. Das zihe ich kürtzlich darumb an / dieweil ichs ſelbſt geſehen vnd erfaren habe. Wann nun einer viel lieber andere pflaſter brauchen wolte / der neme ein gut klümplein ſawerteig / thu darunter eine feige oder zwo / vñ ein wenig geſtoſſen ſalpeter / temperirt es zuſammen mit honig vnd Scabioſen ſafft / das es werde wie ein pflaſter / lege es dann vber / das die gifft heraus gezogen vnd curirt werde / welches man ſpüren kan / ſo die accidentia vnd zufell / als ſtechen / ſchöſſe vnd groſſe wehtagen / ſo von den geſchwüren vnnd blattern entſtehen / nachlaſſen /

Kröt.

Blutſtillung mit einer toden kröten.

Wenn

Wenn die Apoſtemata zueröffnen.

Wenn ſolches geſchicht / ſo mag man die Apoſtemata mit einer flöten öffnen laſſen / oder diß pfleſterlein / damit es vollend reiff werde / aufflegen.

Pflaſter das Apoſtem reiff zumachen.

Nemet Pappeln / Eibiſch wurtzel / weis Lilien wurtzel / jedes eine hand voll / kochet ſie in Scabioſen waſſer / das ſie weich werden / zerſtoſt ſie / thut darzu ein zimlich theil geſtoſſen fœnugræci, ein wenig leinſamen / vnd ein gut ſtück rein ſchweinen ſchmaltz / das ſol man durcheinander ſtoſſen / vnd ein pflaſter dauon machen / vnd aufflegen / Vnd wo es ſich nicht wol maturiren wolte / ſol man es nur je eher je beſſer öffnen / vnd dann den eyter vnd vnflat reine abwiſchen / vnd folgende reinigung gebrauchen.

Reinigung nach eröffnung des Apoſtems.

Nemet waſſer Eppich / ſtoſſet denſelben zuuor gar wol / vnd preſt den ſafft daraus / nemet deſſelben ein halb nöſſel / thut darzu gut honig ij. lot / gerſtenmehl iij. lot / das ſol man zuſammen kochen biß es dicke wird / das ſol man aufflegen vnd hinein thun / iſt gar ein gute reinigung / als dann mag es zugeheilet werden / auff dieſe oder andere weiſe mit folgendem pflaſter.

Pflaſter ſo den ort wieder zuheilet.

Nemet klein tauſentgülden kraut / ſonſten fieberkraut genent / Benedicten kraut / Italianiſche bibenel kraut / feldtbethonien kraut / jedes ein gute hand voll / wol zerſchnitten / dann in einen verglaſurten topff gethan / darüber j. nöſſel wein gieſſen / vnd zum fewer ſetzen / vnd biß auff die helffte einkochen laſſen / dañ durchſeihen / vnd zu der abgeſeiheten brüe thun gepuluert Aloe patick ij. lot / Maſtix klein geſtoſſen iij. lot / Weyrach j. lot / gelb Wachs xij. lot / Schöpſſen vnſchlit ein halb pfund / hartz ſo viel von nöten / aus dieſem allen ein pflaſter gemacht. Vnd auff dieſe weiſe ſol man mit dem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Apoſtem geberen vnd vmbgehen / dann viel daran gele-
gen. Was andere zufelle vnd accidentia dieſer franck-
heit belanget / ſollen auffs beſte es müglich curirt wer-
den / als da iſt / groſſe wehtagung des heupts / darzu
dann ein oxyrhodinum oder roſenwaſſer / roſenöhl mit
roſeneſſig vermiſchet / ein tüchlein darein genetzt / vnd
auffgelegt / mag gebraucht werden. Auch pflegt ſehr
offt das außlauffen mit zuzuſchlahen / ſol aber nicht bald
verſtopfft werden. Wo es aber ſo gar ſehr vberhand ne-
men wolte / auch der appetitus ſehr ſchwach würde /
mag wan dem krancken ein gut Rob de Ribes mit ace-
toſen ſafft / vnd ein wenig Zimmetrinde eingeben. Vnd
ſol auch ſonderlich auff den hals vnd zunge gute achtung
gegeben werden / welche in dieſen gifftigen böſen fiebern
offtmals ſehr ſchleunig verbrandt / oder gar hart pflege
zu werden / darumb ſol man die zunge rein halten / vnd
den hals mit braunellen waſſer / wegebreit waſſer / oder
gerſtenwaſſer ausſpülen / vnd für die groſſe truckenheit
der zunge folgendes mittel gebrauchen:

Nemet quittenkern / vngefehrlich einer Welſchen
nuß ſchalen voll / zerknitſchet ſie ein wenig / gieſſet ſaur-
ampffer / Violen vnd Wegebreit waſſer daran / laſt es
auff einem linden fewer ein wenig ebulliren / das ſich
der ſchleim aus den quittenkern zeucht / ſolches mag
man auff die zunge ſtreichen / oder mit einem reinen tüch-
lein darauff legen.

Diß ſind faſt die fehrlichſten vnd gemeinſten zufel-
le in dieſer franckheit / auff welche wol achtung iſt zu-
geben / den andern iſt beſſer vnd leichtlicher zurahten.
Vnd hiermit wil ich auff diß mal das andere theil / die

Wie die zufelle zu curiren.

Groſſe wehtagung des heupts zuſtillen.

Durchbruch des leibes.

Schwacher appetit vnnd luſt zum eſſen.

Der breune zubegegnen.

Was für groſſe truckenheit der zunge zugebrauchen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Curation belangende / ſampt denen zufellen / beſchloſſen haben.

Das L. Capittel.

Von dem zubereitten Spießglaß oder Antimonio.

ES ſind etliche / die halten gar viel von dem zubereitten Antimonio des Herrn D. Matthioli, geben deſſen drey gerſtenkörner ſchwer auff ein mal ein wieder die gifft vnd peſt / mit weiſſem oder roten roſenzucker vermiſcht / vnd ſagen / das auch ohne das ſolch zubereit Antimonium vberaus nützlichen ſey wieder viel vnd mancherley art vnd geſchlecht der franckheiten. Es hat aber dieſe eigenſchafft / das es oben vnd vnden / durch erbrechen vnd ſtulgeng das ſündhafftige gar gelinde außführet / wie denn Ranzouius zeuget / das er es ſelbſt gebraucht / auch andern gegeben. Etliche wollen / das ſolch Antimonium keine andere feüchtigkeiten ausfüren / noch vber ſich auſſtoſſen ſol / denn die / ſo giſſtig oder ſchedlichen / vnd ſol eigentlich den beſchwerten ort / daher die kranckheit entſtehet / von weitem oder in der nähe erreichen.

Man ſaget / das wieder die Peſt vnd eingenommene gifft keine fürtrefflichere artzney als dieſe ſein ſol / Vber das ſol ſolch zubereit Spießglaß alle alte heuptkranckheit / flüſſe / magenſchmertzen vnd ſchwacheiten / ſo von vbermengten böſen feuchtigkeiten verurſacht / auch die waſſerſucht / kurtzen athem / lehmung / ſchwere not / quartan ſieber hinweg nemen vnd curiren. Vnd

nach

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

nach dem keine kranckheit / wie denn auch die Peſt / einen menſchen ſelbſt anſtoſſen kan / es ſey denn der mangel vnd die vrſach entweder inwendig im leibe/oder auswendig / So muß folgen / daß das præparirte Antimonium nicht allein die gegenwertigen / ſondern auch die zukünfftigen kranckheiten/ darzu der menſch eine geſchickligkeit hat / zuuertreiben vberaus nützlichen ſein muß / vnd das der menſchliche Cörper durch diß mittel/ nicht anders als das goldt durch das rohe Antimoniũ gereiniget vnd gefeget werde. Man kan auch ſolch zubereit Spießglaß an allen orten antreffen. Die beſte vnd ſicherſte art/ das præparirte Spießglaß einzugeben/ iſt/ das man iij. gerſtenkörner ſchwer gar klein puluere / vnd wo die perſon ſtarck / mag man deſſen mehr nemen/ ſolches in ein glaß oder becher thun / vnd darüber gieſſen einen guten trunck weins / dann wolverdeckt vnd zugeſtopfft eine nacht ſtehen laſſen / des folgenden tages den wein allgemachſam abgegoſſen / vnd nüchtern getruncken / Dieſe weiſe / das præparirte Spießglaß einzunemen/ iſt viel ſicherer/weil es nicht ſo groß reiſſen macht/ als wenn man es in ſeiner ſubſtantz gepuluert einnimpt.

Eine fürtreffliche artzney wieder alle gefehrliche vnd peſtilentziſche ſeuch vnd kranckheit der kinder.

DJe erbarn matronen in Dennemarck pflegen jhren kindern nachbeſchrieben půluerlein / wenn ſie auffſtützig werden/ einzugeben. Vnd nemen Einhorn/ rote zubereitte Corallen / weiſſen Agteſtein / Perlen / geraſpelt gut Vngeriſch goldt / Elendsklau / jedes gleich

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

viel / ſtoſſen dieſe ſtück in einem mörſel zu puluer / vnd geben ſolches in hitzigen kranckheiten mit eim löffel voll roſenwaſſer / in kalten kranckheiten aber mit Lauendel waſſer ein.

Das LI. Capittel.

Von dem Churfürſtlichen Sechſſiſchen Gifftpuluer.

OB wol die angeordneten vnd biß daher verzeichneten mittel wieder die gifft ſehr krefftig / ſo iſt es doch an dem/das des Churfürſten zu Sachſen gifftpuluer / ſo newlich an tag kommen / faſt wieder alle gifft bewert vnd ſehr dienſtlichen iſt.

Es iſt aber ſolch gifftpuluer erſtlichen von einem Bawersman an tag gebracht worden / welcher / nachdem er dieſes gifftpuluers ruhm ſichtige anzeigung/auch wunderbarliche ſeltzame krafft vnd wirckung hat wollen ſehen vnd vermercken laſſen/ hat er zuuorn mancherley gifftige Schlangen gefreſſen / nachmals dieſes puluers eingenommen / iſt jhm ſolches gar nicht ſchedlichen geweſen. Endlichen hat der Churfürſt zu Sachſſen dieſen bawern ehrlich begabet vnd verehret / alſo vnd dergeſtalt / das er ſolch puluer J. Churf. G. alleine / vnd ſonſt niemand lernen ſollen / dann J. Churf. G. dahin geſehen / das ſolch gifftpuluer den Fürſten vnd hohen Potentaten / denen man mehr als dem gemeinen Man mit gifft nachſtehet / am nötigſten were.

Dieſes gifftpuluers krafft hat Königliche Wirde in Dennemarck Chriſtianus (hochlöblicher vnd ſeliger gedechtnis) erfahren wollen / vnd befohlen / das man

einem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

einem todſchläger/ ſo den hals verwirckt/ vnd zu Hage-
naw gericht werden ſollen / ein gut theil Mercurij ſub-
limati eingeben ſolte / Da er denn von einnemung die-
ſes puluers geneſen würde / ſolte jm das leben geſchenckt
werden / Solches iſt geſchehen / vnd hat diß puluer die
gifft des Arſenici vberwunden / daraus man geſchloſ-
ſen / das diß gifftpuluer gar leichtlich auch andere gifft
mehr vberwinden möge.

Ich hab auff ein zeit beym Churfürſten zu Sachſ-
ſen vmb die beſchreibung dieſes gifftpuluers vnterthenig
gebeten vnd angehalten / darauff aber keine antwort be-
kommen/Aber des gifftpuluers hab ich ein gut theil von
J. Churf. G. erlanget / welches zum theil noch in mei-
ner Apotecken zufinden/ vnd von mir hinterlaſſen wird.

Geſnerus vnd andere / ſo dem Moybano gefol-
get/ſchreiben/ das der Churfürſt zu Sachſſen ſolch pul-
uer dem Hertzogen von Wirtenberg gelernet / vnd von
nachverzeichneten wurtzeln zugericht werden ſol.

Nemet Baldrian oder theriackskraut wurtzel / hei-
ternesſel wurtzel / Schwalbenkraut wurtzel / jeder ij. lot/
Engelſüß wurtzel/Eibiſchwurtzel/wilde Angeliken wur-
tzel/ jeder iiij.lot/ zam garten Angelicken wurtzel viij.lot/
Kellershals ſchalen iij. lot / Wolffsbeer oder einbeer/
ſind braune beerlein / wie die heidelbeer / doch ein wenig
gröſſer/guten ſcharffen weineſſig: Die wurtzeln ſol man
alle graben zwiſchen dem 15. Auguſti vnd den 8. Sep-
tembris, Ob auch gleich etliche ſolche zeit nicht eigent-
lich in acht gehabt/vnd die wurtzeln zu anderer zeit auß-
gegraben / vnd das gifftpuluer dauon zugerichtet / ha-
ben ſie es doch nichts deſto weniger gantz krefftig befun-
den. Man ſol aber die wurtzeln gar klein zerſchneiden/ in

ein verglaſurten topff thun / vnd ſouiel ſcharffen wein-eſſig darüber gieſſen / das die wurtzeln zweyer quer finger hoch bedeckt werden / als dann ſol man den topff mit einem deckel wol verwahren / vnd geringſt herumb mit meel vnnd eyerklar gar wol verkleiben / damit die krafft nicht heraus möge kommen / nachmals zu einem gelinden fewerlein ſetzen / vnd ſanfftiglichen kochen laſſen / dann den topff wieder vom fewer heben / vnd wenn es kalt worden / den deckel wieder ablöſen / vnd den eſſig / ſo noch daran / von den wurtzeln abgieſſen (Es were dann / das man aus demſelben eſſige mit honig einen ſafft ſieden wolte) dann die wurtzeln laſſen trucken werden / vnd 26. wolffsbeer darzu thun / ſolchs alles zuſammen gar klein puluern / ſo iſt das gifftpuluer fertig. Von dieſem puluer gibt man einem ſtarcken menſchen j. quentlein ſchwer / zwey drittheil eins quentleins oder ein halb quent. mit weiſſem wein ein / den jungen aber iſt gnug zwey drittheil eins quent. eingegeben.

Man ſpüret aus dieſer Compoſition / das ſolch gifftpuluer nicht allein für allerley gifft / ſondern auch für die gelbſucht / ſchwerliches keichen / verſtopffung der miltz / verhaltung der weiblichen blume / nieren ſtein / quartan fieber vnd böſe farbe / ſo von der leber kompt / vnd zur waſſerſucht führet / vnd andern kranckheiten mehr / ſo von kalter vnd grober zeher feuchtigkeit verurſacht werden / dienſtlichen ſey / Für allen aber wirdt es krefftiglich contra peſtem, beydes zu præſeruiren vnnd curiren gebraucht.

Es ſind dergleichen viel vnd mancherley gifftpuluer / die ich wiſſentlich vberſchreite / vnd nur noch eins anzeigen wil / vnd ich von dem Edlen vnd geſtrengen / dem

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

dem von Berlepſch / Churfürſtlicher Durchleuchtigkeit zu Sachſſen Hoffraht vberkommen.

Nemet Baldrian wurtzel ij. lot vnd ij. quentlein / Schwalbenwurtz ij. lot / Engelſüß oder Steinwurtzel iij. lot / garten Angelica / oder die ſo man aus Brißgaw oder Pommern bringet / Meiſterwurtz / jeder iiij. lot / Eibiſchwurtz ij. lot / Kellershals ſchalen iij. lot. Die wurtzeln ſol man graben zu der zeit / wie droben geſagt worden / dieſelben alle klein ſchneiden / in einen verglaſurten topff thun / vnd darüber gieſſen ſcharffen weineſſig zweyer quer finger hoch / thut darüber einen deckel / vnd verkleibt denſelben mit meel vnd eyerweis gar wol / laſſet es dann zuſammen eine halbe ſtunde lang kochen / vnd wenn es vom fewer gehoben / ſo laſt es erkalten / thut dann den deckel wieder ab / vnd gieſſet den eſſig von den wurtzeln / laſt dieſelben trucken werden / vnd thut darzu 12. wolffsbeer / vnd zu jeden beerlein iij. bletterlein deſſelben krauts / miſchet es wol vntereinander / vnd ſtoſt es gar klein / ſchlahet es durch ein enges ſieblein / Daruon mag man einem j. quentlein ſchwer eingeben. Diß puluer iſt für die Peſt vnd alle gifft / auch andern kranckheiten mehr gantz dienſtlichen.

Das LII. Capittel.

Eine gifftlatwerge des Königes Bithiniæ Nicomedis.

NEmet Wacholderbeer ij. quentl. geſiegelte erde ij. quentlein vnd ein drittheil eins quent. dieſe alle klein gepuluert / mit öhl oder honig vermiſcht /

vnd

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

vnd da es die not erfordert / ſol man einem auff ein mal von dieſer Latwerge einer haſelnuß groß mit zweyen trüncklein Meth oder honigwaſſer eingeben.

Das LIII. Capittel.

Des 3. Königs Chriſtiani in Dennemarck artzney für die ſchwere noth.

Nim die hirnſchal von einem erhengten menſchen / aber nicht von einem / der kranck gelegen vnd geſtorben (dann derſelben nicht ſo groſſe krafft zugeeignet wird / als der andern) ſolche hirnſchale auff einem roſt ſanfftiglichen geröſtet / vnd daraus ein ſubeil pülverlein gemacht / vnd zu eim jeden quentlein deſſelben iij. abgeſchelte Peonien körner gethan / vnd dem krancken mit eim guten löffel voll Lauendel waſſer mit dem frueſten eingegeben / ſolches thun drey morgen aneinander / doch das ſich die perſon ſtets / weil man dieſes pülverlein gebraucht / jnne halte / wenig trincke / vnd feine gelinde woldawende ſpeiſe / als eyer vnd dergleichen gebrauche. Es wolte auch dem krancken nicht vndienſtlichen ſein / das er nachmals etliche morgen ein löffel voll Lauendel waſſer einnemen / vnd alſo ein zeitlang darmit anhalten thete. So iſt auch das Einhorn wieder ſolche kranckheit ſehr krefftig.

Das LIIII. Capittel.

Des heiligen Ambroſij Syrup / ſo den ſchweis fördert / den durſt leſchet / vnd

wieder

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

wider das dreytegige fieber nützlichen/
welchen Syrup noch heut zu tag die
Meylender gar in groſſem gebrauch
haben.

NEmet ein gut theil außgehölſten hirſen/thut den-
ſelben in einen topff/ vnd kochet jhn/ biß er bar-
ſtet/ nemet dieſer brůe x. oder xij. lot / mehr oder
minder/ thut darzu guten weiſſen wein iiij. lot / gebt ſol-
ches dem Patienten fein warm zutrincken/ als dann de-
cket jhn fein warm zu / ſo wird er gar wol ſchwitzen.

Biß daher hab ich gar kůrtzlichen angezeigt alles
das jenige / was menniglich zu erhaltung guter geſund-
heit / vnd zu verhůtung vieler kranckheiten nůtzlichen
ſein mag. Weil aber der fůrnemſte alte Römiſche artzt
Cornelius Celſus dieſe ding alle gar kurtz verfaſſet/ kan
ich nicht vnterlaſſen / das gantze erſte Capittel des erſten
buchs Cornelij Celſi, als zum beſchluß dieſes bůchleins
hiermit anzuhengen / vnd wil menniglich dieſen Auto-
rem mit fleis zu leſen befehlen.

Das LV. Capittel.

Wie ſich die geſunden zu halten / das erſte Capittel des erſten buchs Cornelij Celſi.

EIn geſunder menſch / ſo des leibs halben woluer-
möglichen vnd frey iſt / ſol ſich vnter kein Regi-
men der geſundheit begeben / er ſol auch weder
wundt noch anderer ärtzte hůlffe gebrauchen / ſein leben
ſol in mancherley ůbung ſtehen / zu zeiten ſol er im

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

Dorffe ſein / zu zeiten in der Stadt / vnd offtmals auff dem felde/ vnterweilens vber meer ſchiffen/ wildt jagen/ vnterweilens auch ruhen / doch des mehren theils ſich üben / Dann faulheit vnd müſſiggang den gantzen leib ſchwechet vnd vnkrefftig macht / aber dargegen die arbeit ſtercket / darumb auch die müſſigen vnd faulen ein vnzeitiges alter erlangen / die andern aber vberkommen eine langwirige jugend. Es iſt auch gut vnterweilens baden / vnd ſich mit kaltem waſſer waſchen / jetzt ſich ſalben / jetzt aber ſolches zuvnterlaſſen / Auch keine ſpeiſe ſchewen / die man gemeiniglich bey den einwohnern zugebrauchen pfleget.

Nullum cibi genus fugere debet, quo populus vtatur.

Es iſt auch gut bißweilen zu gaſt zugehen / bißweilen auch nicht / zu zeiten offt / zu zeiten nicht zu offt / mehr zweymal dann ein mal (doch nach landes gewonheit) des tages zueſſen / auch eine gute notturfft / nachdem er vermeint die ſpeiſe zuuerdewen. Vñ wie zugleich die übung vnd ſpeiſe zur auffenthaltung notwendig/ alſo ſind auch die vbermeſſigen arbeiter jhnen ſelbſt ſchedlichen / Dann welche menſchen die rechte ordentliche übung der bürgerlichen hendel vnd geſchefte vnterlaſſen / vnd ſich mit der ſpeiſe zuſehr vberladen/ die werden bald alt vnd kranck.

Die ehelichen wercke ſollen nicht zuuiel begehrt/ noch zuſehr geſchewet werden / Denn ſo ſie ſelten getrieben werden / erwecken vnd erfriſchen ſie den leib / Aber zuuiel gebraucht / ſchwechen ſie denſelben / vnd bringen jhn in kranckheit. Es ſol aber daſſelbe nicht nach der zal / ſondern nach eigenſchafft der natur geſetzet / vnd des alters vnd leibes geſchickligkeit angeſehen werden/ ſo ſol man denn wiſſen / das es nicht ſchedlichen ſey / wo ferne

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]

ferne aus denſelben kein ſiechtag noch ſchmertzen erfol-
gen. Es iſt auch das beyſchlaffen des tages ſchedlicher/
denn des nachts / doch alſo / das des tages keine ſpeiſe /
des nachts aber kein wachen noch arbeit darauff erfolge.
Diß ſollen ſich die geſunden halten / darneben auch für-
ſehen / damit bey guter geſundheit das jenige / darmit
die hülffe (derer man in kranckheiten benötiget/
vnd gebrauchen muß) nicht bößlichen ver-
zehret oder verſchwendet
werde.

ERRATA.

Fol. 3. linea 20. trunckenheit ließ truckenheit. Fol. 8. lin. 3. *Zo-
raſter* ließ *Zoroaſter*. *Pactrianorum* ließ *Bactrianorum*. Fol. 18. lin.
14. ſ. pfund ließ ein halb pfand. Fol. 19. lin. 21. Agteſtein v. pfund ließ
ſ. pfund. Fol. 22. lin. 29. anßgeſprengt / ſol dabey ſtehen dienſtlichen.
Fol. 23. lin. 15. vnuermiſche ließ vnuermiſchte. Fol. 26. lin. 24. vnd
waſſer/ ſol (darnach ſtehen/ vnd in der 27. lin. bey dem wort kan) zuge-
ſchloſſen werden. Fol. 43. lin. 16. meidet ließ meiden. Fol. 49. lin. 4.
welches auch/ ließ ſo auch. Fol. 50. lin. 16. nach lehr/ ließ nach der lehr.
lin. 24. mit kranckheit belagen/ ließ beladen. lin. 26. oder zuweilet wol/
lies oder zuweilen ſplches wol. Fol. 58. linea 8. das wſſer/ lies waſſer.
Fol. 67. lin. 22. zuſchwelcken ließ ſchwellen.
Fol. 80. lin. 4. *Cornelio* lies *Cornelij*. fol. 91. l. 2. brudes lies bruder. fo. 100. l. 8.
Armarum lies *Armatum*. f. 112. l. 20 Ringelkraut lies Bingelkraut. f. 113. l. 23.
Illiniſche lies Illiriſche. f. 129. l. 21. vnd dawen. lies vnd vndawen. f. 124. l. 26.
da lies das. f. 133. l. 3. Heinrich von Ranzau/ lies Heinrich Ranzau. f. 135. l. 20.
geringen lauen/lies geringer laugen. f. 152. l. 8. der beſten/lies des beſten. f. 154.
lin. 19. wermuth waſſer/ lies wermuth. f. 157. lin. 21. alter erreichet / lies alter
erreichet worden iſt. fol. 159. l. 19. nicht land/ lies nicht lang. fol. 160. lin. 22.
die gemeinen/ lies die gemein. fol. 167. lin. 21. *hab.* lies *Gabrielis*. fol. 170. lin. 19.
vnten weit iſt/ lies vnten weit iſt / gethan. *Ibid.* lin. 26. perludiren lies perlutiren
fol. 171. lin. 12. fortſetzung lies vorſetzung. fol. 214. lin. 1. nöten der / lies nö-
ten zu der. fol. 235. lin. 19. *Cannani* lies *Cannari*. fol. 246. lin. 1. waſſerbantenge
lies waſſerbatengel. fol. 249. lin. 25. Saphirenen lies Saphiren. fol. 254. lin. 1.
treiber vnd einnimpt / lies darzu/ ſo zur bruſt dienſtlichen.

Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.
Images reproduced by courtesy of The Royal Library, Copenhagen.
Hielmst. 1518 4° [11,-8 4°]



Gedruckt zu Leipzig bey
Hans Steinman.

ANNO
M. D. Lxxxv.